

# بخت النخل





سفر  
الاحلام!



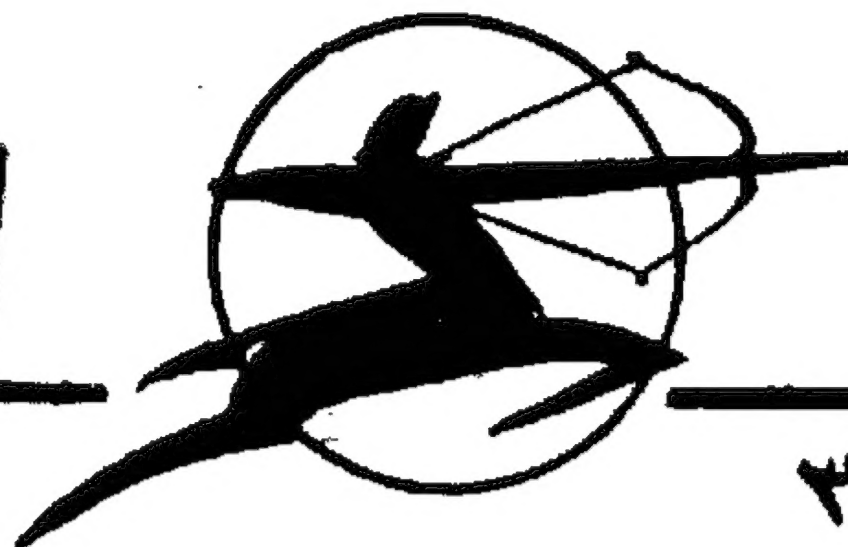
سافروا على خطوط اير انديا انترناشيونال لانها :  
- حريصة على توفير جميع وسائل الراحة للمسافرين  
- الخطوط الوحيدة التي تقوم بست رحلات اسبوعيا الى لندن .  
- يتاح لكل مسافر في الدرجة الاولى للنسء ان يحول مقعده الى سرير مريح للغاية طول السفر .

هذا السرير المريح ليس في البيت أو أحد الفنادق الفاخرة كما تتصور ولكنه في طائرات « اير انديا » ان كل مسافر بالدرجة الاولى الى لندن يستطيع ان يضبط على زر بالكرسي الذي يجلس عليه فيتحول الى سرير مريح ممتع ويستسلم لاحلام سعيدة هادئة النفس ناعم البال حتى يصل الى لندن بلا تعب ولا ملل .

اير انديا  
انترناشيونال



**AIR-INDIA**



*International*

الاسكندرية ٢٠١ شارع طوسون : ت ٢٢٦٨٧

القاهرة : ١ شارع سليمان باشا ت ٣١٨٧٣ / ٣١٨٧٧



# الجلاد وعمرية الصحافة



سعدت حقاً بتحقيق الجلاء عن مصر ، وانشرح صدري باعادة حرية الصحافة اليها  
فى نفس اليوم الذى تم فيه اعلان الجلاء وتحرير البلاد من الاستعمار الاجنبى .  
وفى الواقع أنى كنت تواقه الى اعلان حرية الصحافة فى يوم الفرح العام الذى ملا  
قلوبنا جميعاً بخروج اخر جندى بريطانى عن أرض الوطن بعد ٧٤ عاماً تقريباً فى  
كفاح مستمر . . . وأمل واسع عريض فى انتظار هذا اليوم المشهود الذى يفخر به كل  
مصرى وكل مصرية ولن ينسى فرحته واحدمنا لانه أمل الاجداد توارثه الابناء والاحفاد  
حتى تحقق وعادت معه لمصر سيادتها كاملة واستقلالها كاملاً .

وكان من تمام الفرحة فى هذا اليوم العظيم يوم اعلان الجلاء ورفع العلم المصرى  
على اخر موقع كان يحتله المستعمرون فى أرض الوطن - أقول كان من تمام الفرحة  
اعلان حرية الصحافة فى هذا اليوم العظيم .

لانه لا بد من حرية الصحافة فى بلد حر مستقل تحقق استقلاله وتمتع بحقوقه التى  
طالما كافح من أجلها وعمل لتحقيقها كاملة غير منقوصة ويعد العدة للعمل على استرداد  
مجده القديم .

ان استقلالنا لا يغدو مصوناً ما لم يعمل كل فرد من أبناء هذا الوطن ما وسعه العمل  
لصيانته وما فيه الخير للجميع ويؤدي واجبه بأمانة واخلاص .  
ومن الضروري لكى يؤدي كل فرد واجبه أن يتمتع بحريته كاملة والصحافة مظهر  
هذه الحرية ورسالتها من أعظم الرسائل فى الشعوب .

فالصحافة ليست مهنة فقط كما يتصور البعض ولكنها المشعل الذى يبصر الرأى  
العام ويقوده ويعبر عن أفكاره واتجاهاته فهى رسالة من أعظم الرسائل .  
والرسالات بطبيعتها لا تؤدي الا اذا توافرت لها الحرية والشعور بالمسئولية .

**دريج شهنوى**  
رئيسة التحرير



# بنيت النيل السياسية

## اعرف في الدنيا...

مجلس الثورة وحق اصدار القرارات لحين اجتماع مجلس الامة .

لندن :

قالت الاوساط المطلعة أن الحكومة البريطانية وضعت سياسة جديدة لمعالجة المشكلة القبرصية ، وتقرر بعدد المحادثات التي جرت بين سير أنطونى ايدن رئيس الوزراء ولينوكس بويد وزير المستعمرات ، وسيير جون هاردنج حاكم قبرص ألا تجرى المفاوضات مع القبرصيين الا بعد تصفية ( الارهاب ) أى القضاء على الحركة الوطنية التي ترمى الى التخلص من الحكم البريطانى فى الجزيرة وبشرط الا تتم المفاوضات بأى حال مع الاب مكارىوس زعيم الحركة الوطنية المنفى فى سيشل .

موسكو :

وتحدث المارشال تيتو أثناء زيارته لروسيا الى مراسلى صحف الغسرب فقال انه مستعد للذهاب الى واشنطن اذا دعى لبحث العلاقات بين يوغوسلافيا والولايات المتحدة . وكان الرئيس ايزنهاور قد صرح قبل ذلك بأنه يرى إعادة النظر فى العون الأمريكى ليوغوسلافيا فى ضوء مصالح أمريكا

جيوش البلاد العربية فى استعراض الجيش المصرى الذى أقيم له يوم ٢٠ الماضى وقد حضر مسيو شبيلوف وزير خارجية روسيا هذه الاحتفالات .

وفى يوم ٢٣ يونيو تم الاستفتاء على الدستور وانتخاب رئيس الجمهورية . وكانت نتيجة انتخاب رئيس الجمهورية ٩٩٩ فى المائة . وقرر مجلس الثورة فى آخر جلسة له تخويل رئيس الجمهورية حق الاعفاء عمن صدرت ضدهم أحكام من

القاهرة :

قضت القاهرة معظم أيام الشهر الماضى فى حفلات وابتهاجات فقد تم فى هذا الشهر جلاء القوات البريطانية عن منطقة القناة حسب الاتفاقية المبرمة فى ١٩ أكتوبر سنة ١٩٥٤ و اقيمت احتفالات شملت البلاد كلها بمناسبة تنفيذ الجلاء ورفع الرئيس جمال عبد الناصر علم مصر على مبنى البحرية ببور سعيد وهو آخر مكان تم الجلاء عنه . كما اشتركت وحدات من



- عمى العزيز .. تحت تهديد عصا والدى اقدم لك اطيب التهاني بالعيد ..

### جهاد المرأة المصرية

اليوم وقد تحقق لمصر اعز امانيتها وامالها وهو تحقيق الجلاء عن ارضها ، هذا الجلاء الذى كافح من اجله أبناء مصر ٧٤ عاما منذ عهد حركة عرابى الى اليوم ، جيلا بعد جيل ، وطبقة بعد طبقة ، فان من الحق علينا أن نذكر تضحيات المرأة المصرية فى هذا الكفاح المرير حتى تم الجلاء وتحقيق لمصر استقلالها كاملا غير منقوص .

وقد لا يذكر أبناء هذا الجيل أن المرأة المصرية قامت بدور هام فى حركة عرابى . . فقد وقفت الى جوار الرجل وهى محجة خلف الستور تدافع عن بلادها وتقاوم المستعمر بشتى الوسائل وبكل ماوسعها من المقاومة مما سطره التاريخ ووعاه ولا يتسع لسرده هذا المكان

وفى ثورة سنة ١٩١٩ تقدمت الصفوف وعرضت صدرها لرصاص الانجليز وقادت المظاهرات وخطبت فى الجموع الشائرة والهبت الحماسة فى الرجال باراقة دمها رخيصا لمقاومة خصوم بلادها وتحقيق استقلال البلاد واسترداد حريتها مما أدهش العالم وكان له صدى بعيد فى ايقاظ الوعي بين جميع نساء الشرق ، هذا الى جانب ما كانت تقوم به من تضييد جرحى الكفاح ومواساتهم وتقوية معنوياتهم وغير ذلك من أعمال البطولة والتفحية العالية .

ويوم ان وقفت مصر صفا واحدا بعد الفاء المعاهدة . . وتسابق ابناؤها الى القنال يفتون الوطن بدمائهم الزكية . وتكافح المستعمر معهم جنبا الى جنب ، وفى هذا الكفاح استشهدت ام صابر وغيرها من نساء مصر

هذا جانب من كفاح المرأة المصرية لتحقيق الجلاء نسجله فى هذه المجالة بكل فخر فى هذه المناسبة الخالدة خروج الانجليز من بلادنا وتحقيق استقلالها كاملا .

بنيت النيل



# خارجية

• أصدر الوطنيون الجزائريون بياناً جاء فيه أن جيش التحرير قرر تغيير خطته فسينقل الحرب إلى المدن • وإذا أعدم أحد من الوطنيين فسوف يدفع الفرنسيون الثمن غالياً •

• أصبح من المعروف أن كريشنامون المبعوث الشخصي للبانديت نهرو سوف يباحث كريستيان بينو وزير خارجية فرنسا بشأن المشكلة الجزائرية •

• يعتقد المراقبون الغربيون أن دول الكتلة الشيوعية الحالية قد تنتظم في مجموعة لها عليا مشتركة على غرار الكومنولث البريطاني تقريباً بحيث تحتفظ هذه الدول بحرية العمل في نطاق الكومنولث •

• أبلغ كرك جونغ أحد أعضاء الجمعية الوطنية في الكمرون مجلس الوصاية التابع للأمم المتحدة أنه يرى إنشاء جمعية تشريعية في الكمرون دون إبطاء ، وقال انه يطلب ان يتألف المجلس الحاكم من أكثرية كمرونية



البائعة : الباطو ده مدش للدرجة ان اصحابك نفسهم مش حايقدرؤا ينتقدوه ...

وأقلية فرنسية على أن يكون المجلس مسئولاً أمام الجمعية وطلب جونغ أن تمنح بلاده الاستقلال في نهاية الامر •

• وجهت الحكومة الاسرائيلية الدعوة الى وزير خارجية روسيا لزيارتها اسوة بالدول العربية ، وقد رفض مسيو شبييلوف هذه الدعوة •

• قال الجنرال كورتيس ليماي قائد الاستراتيجية الجوية الامريكية أن روسيا سيكون لها من القاذفات الثقيلة ضعف ما تملكه الولايات المتحدة في غضون السنوات الثلاث القادمة •

• نشبت في البرلمان التركي معركة حول السياسة المصرية العربية • وعاد عدنان مندريس رئيس وزراء تركيا مهاجمة سياسة مصر تجاه حلف بغداد ، وتجاه ما سماه قضايا الدفاع عن الشرق الاوسط •

• رفض مجلس النواب اللبناني التصديق على مشروع الاتفاق التجاري المعقود بين لبنان وتركيا •

• تسلمت السلطات المصرية في بريطانيا المدمرتين اللتين باعتهما الحكومة البريطانية لمصر وقد غادرت هاتان المدمرتان أحد الموانئ الانجليزية في طريقهما الى الاسكندرية •

كما وصل الى الاسكندرية يوم ١١ يوليو بعض المدمرات التي اشترتها مصر لضمها الى الاسطول المصري •



دلكي بشرتك عند اخذ حمامات الشمس بكريم سوليا - ابت زيت سوليا - التزيين بشرتك من اشعة الشمس المحرقة وبعيد لها انضارها وشبابها •  
دلكي بشرتك بكريم سوليا - فهو يصونها من اثر الجفاف او الخشونة مهما تعرضت لحرارة الشمس فتستظل نصيرة كالرهرة ناعمة كالحرير •  
دلكي بشرتك ياسيدي بانتظام بكريم سوليا - لتزدادين سحرا وجمالا وسوف تلاحظي نظرات الاعجاب في كل مكان •



## كريم سوليا

كريم سوليا الوحيد الذي يحلوي على مادة الاسارات التي تخافها البشرة لتكتسب جمالا  
انواع مصانع بيرز دورف - هامبورج - ألمانيا  
من ثم ٢٤٦٨

### تليفونات بنت النيل

٤٩٦٦٨ و ٤٠٦٨٤



القاهرة: ميدان سليمان باشا رقم ٩ تليفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ٢٥٠١٥  
الاسكندرية: شارع شريف رقم ٢٢ تليفون ٢٣٩٢٩ ويبيع كتابه السياسية العفنة





# المرأة في الحياة الاجتماعية



السيدة أمينة صدقي

والزوجان هما السيدة أمينة صدقي المعروفة بمجهوداتها في النشاط الاجتماعي النسائي والشاعر الكبير عزيز اباطه .

## مديرة مكتب السياحة

تسلمت السيدة يسرية يسري عملها مديرة لمكتب مصلحة السياحة في بور سعيد وهي أول سيدة مصرية تشغل هذا المنصب الكبير .

## في سويسرا للعلاج

تقيم الان في سويسرا بصفة دائمة السيدة نيللى سلطان للعلاج .

وقد سافر اليها في الاسبوع الماضي زوجها السيد حسنى نجيب للاطمئنان على صحتها ولقضاء فترة للراحة والاستشفاء .

## للاستجمام والعلاج

وسافرت الى سويسرا السيدة زينب نور أمينة صندوق اتحاد بنت النيل بصحبة زوجها الاستاذ محمود متولى نور المحامى للراحة والعلاج ، يعودان بعدها الى القاهرة فى نهاية شهر أغسطس المقبل .



السيدة غزوة شكرى

الجوائز فى المسابقة الدولية للنهوض الاجتماعى ، وكانت ضيفة الشرف فى هذا الاحتفال السيدة عزيزة شكرى قرينة السفير المصرى فى واشنطن ، حيث تسلمت الجائزة الاولى التى فازت بها مصر .

وتقول السيدة عزيزة والفخر يملأها أن اسم مصر واسم المرأة المصرية على كل لسان .

## امسك الخشب

ينظر المجتمع بالاعجاب الى حفل اقامه زوجان بمناسبة مرور عشر سنوات على زواجهما بدون عكنة ومن حقهما أن يمسكا الخشب حتى لا يحسدهما حسود .



السيدة يسرية يسري

بل فى العالم أجمع وهذا ما نسجله بالاعجاب والتقدير .

## الايدي الناعمة

ظاهرة نسجلها بالاعجاب والتقدير لسيدات الطبقة الراقية « الارستقراطية » فقد أقبلن فى ازدياد مستمر على تعلم فن التفصيل والحياكة فى بعض المعاهد المخصصة لذلك ، توطئة لاعداد ملابسهن وملابس أطفالهن بأيديهن الناعمة .

## والقفاطين أيضا

ومن المودات التى انتشرت بين سيدات المجتمع المصرى والاجنبى فى حفلات الصيف مودة القفاطين « القطنى الشاهى » وهو مصنوع من القطن المصرى الخالص فقد شوهدت فى أكثر من حفلة بعض سيدات المجتمع يلبسن فساتين السهرة من قماش القفاطين الذى يمتاز بألوانه الزاهية ونقشته البديعة .

## المرأة المصرية فى الخارج

أقام الاتحاد العام لاندية السيدات فى الولايات المتحدة احتفالا كبيرا فى مدينة كانزاس لتوزيع

مصاييفنا هذا العام من المنتظر أن تزدهم المصاييف هذا العام بعد القرار الخاص بحظر السفر الى أوروبا لغير المرضى وذوى الاعذار .

والمتوقع أن تكون الاسكندرية طول مدة الصيف الاسكندرية أكثر من باقى المصاييف فى اقبال المصطافين عليها . كما انها ستكون أكثر ازدهاما فى أيام « الويك اند » .

وفى الشهر الماضى كانت الاسكندرية أيام الخميس والجمع والسبت والاحد مزدحمة بعدد كبير من سيدات مجتمع القاهرة اللواتى فضلن الانتقال الى الاسكندرية طول مدة الصيف بعد حظر السفر الى الخارج .

## القطن المصرى

وقد قفزت أسهم الفساتين المصنوعة من القطن المصرى فى صيف هذا العام بالقاهرة والاسكندرية بين سيدات المجتمع المصرى والاجنبى حتى أصبح نسيج القطن المصرى مودة هذا الموسم بلا منازع لا فى مصر وحدها



السيدة نفيسة الفحراوي



السيدة نادر صبور





السيدة فائزة الطرابلسي



السيدة اعتماد الطرابلسي



السيدة نادية البدرأوى



السيدة زينب نسور

والسيدة اعتماد فنانة أصيلة درست فن الرسم بكلية الفنون في باريس .

### الامهات والاطفال

زاد عدد الطالبات في المدارس الثلاث للباله زيادة كبيرة بعد أن أقبلت بنات الاسر المصرية على هذه المدارس الجديدة . . .

ومما يجدر ذكره أن بعض الامهات يتعلمن رقص الباله مع اطفالهن .

أقربى الصفوف

### السيدة نادر صبور

لا تزال السيدة نادر صبور معتكفة بسبب الحزن ومع هذا فانها تقوم بمواصلة نشاطها الاجتماعى لخدمة المرأة المصرية .

### معرض فنانة مصرية

وأقامت الفنانة السيدة اعتماد الطرابلسي معرضها الاول للصور الزيتية في فندق سميراميس حيث عرضت ٢٣ لوحة فنية تمثل بعض الشخصيات المصرية والمناظر الطبيعية .

### معرض ١٠٠ فنانة وفنان

أقيم بالسراى الكبرى بالجزيرة معرض الرئيس السنوى لاتحاد خريجي كلية الفنون الجميلة ، اشترك فيه ١٠٠ من الفنانين المصريين بعرض لوحات رائعة عن مصر الحديثة .

### دراسات تدريبية

ينظم المعهد العالى للتربية الرياضية للمعلمات دراسات تدريبية في صيف هذا العام بالاسكندرية ويشمل برنامج الدراسة على العاب الميدان والتمرينات الحديثة ، تحت اشراف السيدة نفيسة الغمراوى عميدة المعهد .

### دار للحضانة فى القرى

افتتح نادى سيدات القاهرة فصل جديد فى قرية سنديون لتدريس الحياكة لسيدات وفتيات القرية .

كما سيفتح النادى أيضا دار للحضانة يعتبر الاول من نوعه فى الشرق لرعاية اطفال الفلاحين أثناء غياب أمهاتهم فى الحقول اذ أن نساء القرية يذهبن الى الحقول لمساعدة أزواجهن ويتركن أطفالهن دون رقابة . . . !

### حفلة جمعية رعاية الاحداث

أقامت جمعية رعاية الاحداث التى ترأسها السيدة وصفية شكرى حفلتها السنوية بسينما قصر النيل فى الشهر الماضى واحيتها السيدة أم كلثوم العضو فى هذه الجمعية التى تعتبر من أهم الجمعيات لتربية النشء الجديد . وقد نجحت الحفلة نجاحا كبيرا .

### درجة مدير عام

تم ترقية السيدة زاهية مرزوق مراقبة الشئون الاجتماعية الى درجة مدير عام «ب» وتعيينها مديرة للشئون بالاسكندرية . وبذلك بدأت المرأة المصرية تحتل المناصب والمصالح الحكومية .



مودة القطن



سبوع المولود الاول . . فى البيت الكبير





السيدة ناريمان صادق

### ناريمان تنتظر الطلاق

قالت ناريمان لبعض صديقاتها في لبنان ان حكم النفقة الذي صدر لصالحها على زوجها الدكتور النقيب سيحمله على طلاقها

ويصر زوجها على المضي في قضية الطاعة المرفوعة عليها حتى النهاية خصوصا وان حكم النفقة صدر في بلد اخر ولا يمكن تنفيذه الا اذا انتقل هو الى لبنان .



### بحث حالات الطلاق

بدأت وزارة الشؤون الاجتماعية في تنفيذ انشاء مكاتب لمعالجة حالات الطلاق وأسبابه . . والتوفيق بين الزوجين . وقد أشارت بنت النيل في عددها الماضي الى هذا المشروع الهام .

### في نادي الجزيرة

قرر مجلس ادارة نادي الجزيرة تخفيض قيمة الاشتراك فيه ، كما يبحث المجلس في اجتماعاته القادمة طلبات قبول ٥٠٠ عضو جديد .

### المصرية والسياسة . .

نالت الانسة عفاف لطفي السيد كريمة شقيق أستاذ الجيل لطفي السيد ماجستير في العلوم السياسية « بدرجة الدكتوراه » من جامعة كاليفورنيا .

### في سباق المانش

غادرت القاهرة على الباخرة نفرتيتي السباحة المصرية المعروفة جابي فيني للاشتراك في عبور المانش هذا العام . .



الانسة كوثر عباس

ومن طريف ما يذكر أن شقيقها السيد حمادة الطرابلسي هو الذي احتفل « بالسبوع » في منزل العائلة بالجيزة .

### مولودة

رزقت السيدة سميحة شكرى حرم الاستاذ عماد الدين عبد الحميد رئيس النيابة الادارية للارشاد مولودة سعيدة .

### وفاء النيل

تقيم مصلحة السياحة مهرجان كبير في عيد وفاء النيل ، ويضم المهرجان على مجموعة من السفن تسير في مياه النيل تمثل مختلف العصور ، تبدأ من عهد الفراعنة الى وقتنا الحاضر .



الانسة عايدة عبد الحق

### كريمة مراقب التعليم

أتمت الانسة عايدة عبد الحق كريمة مراقب التعليم المصري في السودان دراستها بتفوق . وستسافر مع السيدة والدتها الى الخرطوم في نهاية شهر أغسطس المقبل .

### خطبة سعيدة

تمت خطوبة الانسة كوثر عباس كريمة الفنانة السيدة زينب صدقي وهي من طالبات مدرسة الفرنسيين وكان قدمت اليها بعض الهدايا الثمينة من بعض زميلات وزملاء السيدة والدتها .

### زفاف سعيد

احتفل بزفاف السيد يحيى الدمرداش جبر بصحة طنطا على الانسة رجاء كريمة السيد محمد مصطفى .

### قران مبارك

عقد قران الملازم محمد هلال نجل السيد هلال عمر هلال مدير الشرقية على الانسة كريمة عمه في احتفال كبير ضم ال هلال وكثيرا من أصدقاء العائلة بكموم النور .

### مولودها الاول

رزقت السيدة فائزة الطرابلسي مولودها الاول ، واشرف على الولادة الدكتور مجدى .



رياضيات مصر في استعراض رائع في حفلات أعياد الجلاء



# نساء من الشرق

## المرأة الاردنية

طالبت المرأة الاردنية بالحقوق السياسية اسوة بزميلاتها في باقي البلاد الشرقية .

ومما يجدر ذكره أن سيدات الاردن عقدن اجتماعاً في خلال الشهر الماضي قررن فيه اعتبار الملكة دينا راعية لحقوق المرأة في الاردن ورفعن لجلالتهن مذكرة بالحقوق التي تطالب بها المرأة الاردنية .

## الاميرة عائشة

انفردت « بنت النيل » في عدد يونيو الماضي بخبر نشرته في هذه الصفحة حول زيارة الملك فيصل الثاني لمراكش ، فقالت في ثنايا هذا الخبر أن زيارة الملك كانت خاصة بخطبة جلالت له للأميرة عائشة في الوقت الذي نفت فيه وكالات الأنباء العالمية أن هذه الزيارة لا صلة لها بموضوع الخطوبة على الإطلاق .

وبعد انتهاء زيارة الملك أسبوعين نشرت جريدة النصر السورية أن زيارة ملك العراق لمراكش كانت لطلب يد الاميرة وأن سموها اعتذرت بأنها تكبر ملك العراق بنحو ستة أعوام وخلصت الجريدة من هذا بأن فكرة الخطوبة عدل عنها نهائياً .

وكما انفردنا بنشر خبر أهداف الزيارة وأنها كانت لخطبة الاميرة نستطيع أن نقول ان ما نشرته جريدة النصر السورية لا يتفق مع الواقع ولا يعنى رفض الاميرة من الزواج من ملك العراق .

## الاميرة ليلى المرعبي

وفي الشهر الماضي سافرت الى لندن الاميرة ليلى المرعبي مع زوجها الامير عبد الله الجابر ال صباح وزير المعارف والاوقاف والمحاكم بالكويت .

وقد احتفلت الكويت بتوديعهما عند مغادرتهما القصر الأخضر في الكويت احتفالاً كبيراً وفرشت الارض بالسجاد الفاخر من القصر الى المطار لتعبر عليه سيارتهما .

وكانت الاميرة عند سفرها تضع على وجهها نقاباً خفيفاً من الجورجيت كعادة سيدات الكويت في ضرورة تغطية الوجه . وعند مغادرة الطائرة رفعت الاميرة النقاب عن وجهها .

وأقام الامير والاميرة في بيروت عدة أيام في قصرهما الفاخر بها وزار خلال اقامتهما هناك بعض المعارف والاصدقاء . ثم غادرا بيروت على الباخرة « أنوتريا » ووصلا الى

الاسكندرية في منتصف الشهر الماضي حيث أقام بالاسكندرية يومين ثم غادراها على الباخرة الى أوروبا للقيام برحلة في ايطاليا وسويسرا وباريس الى أن يحين موعد زيارة الامير الرسمية الى لندن فيتوجهان اليها بالقطار ثم يعودان الى باريس لقضاء بقية فصل الصيف فيها .

ومما يذكر أن الاميرة عند نزولها الى الاسكندرية كانت تلبس في يدها سواراً من الذهب المرصع بالماس لا يقل ثمنه عن ١٥ ألف جنيه كما كانت تزين عنقها بعقد من اللؤلؤ النادر الثمين ، وكانت سكرتيرة الاميرة ليلى عسيان المرافقة لها في رحلتها تحمل في يدها لفافة لا تتركها وكانت هذه اللفافة تضم جميع حلى الاميرة التي يزيد ثمنها عن نصف مليون من الجنيهات والتي أخذتها معها في رحلتها .

## عودة الى الوطن

سافرت أخيراً الى عمان زوجة عبد الله التل الضابط السابق بالجيش الاردني ، بعد أن ظلت بعيدة عن وطنها سبع سنوات بجوار زوجها بالقاهرة اذ أمضى هذه المدة بمصر لاجئاً سياسياً .



الملكة دينا



الاميرة عائشة



الاميرة ليلى المرعبي



# أمهات يعدن تأهيلاتهن

كان زمان اذا تركت البنت المدرسة للزواج او لسبب اخر ترى من العيب ان تعود مرة أخرى للتلمذة او المذاكرة من جديد  
ولكن سيداتنا المتحضرات ضربن بهذه الخرافة عرض الحائط وأقبلن على التلمذة بشغف وهن الآن يذاكرن لدخول الامتحان ويسهرن الليل استعداداً له وتروى مندوبة مجلة بنت النيل في هذا التحقيق الصحفي معهن الكثير من الطرائف في حياتهن بين التلمذة والبيت والامومة

- هو شكسبير لطيف لطيف ،  
ويوليوس قيصر المقررة علينا من  
رواياته الحلوة ، لكن الى تأهيلاتنا  
تينسون وأشعاره .

هكذا أجابتنى السيدة راجية  
حمزة قرينة الاستاذ محمد عبد  
القادر حمزه صاحب البلاغ .  
عندما زرتها مع عدسة بنت النيل  
فى الذهبية الكبيرة الانيقة « أمون  
رع » التى تقيم بها على شاطئ  
النيل فى العجوزة . وكانت منهمكة  
فى « المذاكرة » استعداداً لاداء  
امتحان « الماتريكيوليشان » .

وراجية حمزه واحدة من مجموعة  
من سيدات المجتمع ضربن مثلاً  
حياً لكفاح المرأة المصرية ، اذ لم  
يحل بينهن وبين المضى فى طلب  
العلم انهن أصبحن ربات بيوت  
وأمهات صاحبات مسئوليات ومتاعب  
وأعباء .

والمنافسة بين الامهات والابناء  
فى « المذاكرة » تحفز الفريقين  
للاجتهاد ، وتحفز الامهات أكثر  
خوفاً من شماتة الجيل الجديد  
الخبيث . فمثلاً لراجية حمزه ولدان  
« عبد القادر » الطالب فى الكلية  
الحربية و « حسن » الطالب  
بالشهادة الإعدادية ، وكثيراً ما  
جمعت مائدة المذاكرة الثلاثة معاً .  
ولما لم أجدهما فى الذهبية سألت  
والدتهما عنهما ، فأجابت فى غيظ  
لطيف :

خرجو يتفلسفوا ، يا بختهم  
خلصوا الامتحان .



فصل من الامهات الطالبات يذاكرن دروسهن  
فى ذهبية السيدة راجية حمزة حرم الاستاذ محمد عبد القادر حمزة





راجية حمزه تلميذة مجدة منهمكة في تلخيص رواية يوليوس قيصر

أما السيد « حسان نجار » فقد قالت لي :

- لحسن الحظ ان ابني « طاهر » له صغير ، عنده ٦ سنين ويادوبك في أول الدراسة في مدرسة مسز وودلي .. يعني ما يذكركش خالص ..

أما السيدة الفاضلة حرم الأستاذ زكريا لطفى مدير إدارة رعاية الشباب بوزارة التربية والتعليم فقالت :

- الحمد لله ما عنديش أولاد علشان ما تبقاش قيه منافسة ، يعني ما فيش تلامذة في البيت غيري

وضحكت « السيدة هدى شكرى » حرم المهندس مصطفى شكرى وهى تقول لي :

- والله كويس لما يكون في البيت أولاد بتذاكر علشان يونسوا ولما تنزق في كلمة صعبة نسألهم عليها ، ولو ان بنتى ناهد التلميذة في مدرسة سانت كلير له صغيره عندها ١١ سنة ، وهى الى بتسألنى ، حتى اسألوها ان ماكتوش مصدقين ..

وقالت « السيدة بلقيس وهى » حرم السيد محمد وهى من أعيان دمنهور :

- أنا عندي بنت « ايناس » وولد « أمين » البنت عندها ٧ سنين والولد عنده ٩ سنين ، والاثنين في مدرسة الفرانسكان .. ولطيف قوئى انهم هم الى يقولوا لي « يالله يامامى نذاكر

الامتحان ويكتب لها النجاح ، وهذه الهدية « صينية بسبوسة » وصينية « كل واشكر » فهى صاحبة شهرة مدوية في المجتمع في صنعها

الامتحان وتنجى أبقي أروح معاكى السينما زى ما انتى عايزة .. ووعدتنا الانسة انعام خليل بهديه حلوة عندما تظهر نتيجة

بقى» فاذا ما قلنا لهما اى حجة لا يتسامحان فيها أبدا ، واذا ما دعوتهما للسينما قالت لي ايناس « بلاش لعب يامامى ، لما تخلصي



بروفة فى الاملاء بين راجية حمزه وبلقيس وهى



الضحك على شمس بين نورة نعمان وبهيجة نجيب وانعام خليل





هدى شكرى .. تقارن وتفكر وتلخص

ودراستهن الحاضرة في الادب  
حيث يدرسن يوليوس قيصر  
لشكبير ، وتينسون الشاعر  
الانجليزى العملاق ، دراسة واسعة  
متعمقة . ويدرسن التلخيص ،  
واللغة الانجليزية مع التعمق ،  
وسيمتحن في المعلومات العامة ،  
كما سيكتبن موضوعا انشائيا من  
٦٠٠ كلمة في موضوع عام يشغل  
الاذهان . ويمتحن كذلك في  
الترجمة من اللغة الانجليزية الى  
العربية ومن اللغة العربية الى  
الانجليزية ، والتاريخ والجغرافيا  
.. وعدا الامتحان التحريري  
عندهن امتحان شفهي في اللغة  
والقراءة . واذا يحصلن على  
« الماتريكوليشان » من حقهن ان  
يلتحقن بالجامعات المصرية ، دون  
معادلة .

وكلهن لا يهدفن الى وظيفة او اى  
عمل من وراء دراستهن هذه ، انما  
كل هدفهن ان يثبتن ان المرأة  
المصرية لا تحترف التعليم وانما  
تهواه ، وانها اذا ما ارادت فعلت .  
انه مثل حى جميل لكفاح المرأة  
المصرية ، وبنت النيل رسالتها  
الاولى تأييد هذا الكفاح والمضى  
فيه ..

.. ونحن ندمو الله لها بالنجاح  
من اعماق قلوبنا ، لناكل ونشكر .  
وسألنا الانسة بهيجة نجيب :  
- وانت الهست لنا هدية منك  
فاجابت باسمه :  
- انا ما اعرفش غير انى افصل  
فساتين .

والفساتين مشكلة ، لما تنجح  
نختار الفستان اللى يناسب اخر  
موده .

والانسة نزيهة نعمان تشكو من  
الصعوبة التى تصادفها فى الدراسة  
الانجليزية بسبب ان دراستها  
السابقة كانت فرنسية بحتة .

وتزعم راجية حمزه اذ تقول :  
- العائلة كلها عندنا مجتهدة ..  
اخويا اللواء حسن رجب الذى عين  
اول سفير لمصر فى الصين الشعبية  
لازم ح. يتعلم صينى .. ويتكلم  
صينى ..

وتضحك وهى تضيف :

- ولو صينى مكرر .

وكلهن مرنن بمرحلة ما بين سنة  
واربع قضينها فى اعادة اللغة  
الانجليزية والتهؤ لدراسة الادب  
الانجليزى ، كل حسب استعدادها  
واجتهادها ، وحصلن على شهادة  
اتمام الدراسة فى اللغة



جسناه نجار تالها في القاموس



فنجان قهوة يعدل الدماغ تتناوله الطالبتان انعام خليل وبهيجة نجيب





شركة هورج مابفا - خلف شيكوبيل  
سينما متربول - القاهرة

كوبون قيمة ٣٥ قرشا

قرشي هذا الكوبون

لمحلات «ال»

تحصل على تخفيض بقيمة

من المجموعات المنتشرة على هذه الصفحة

يصل بهذا الكوبون من ١ إلى ٢٠ يوليو

# هيا بنت النيل لقائنا

أيها القارئ العزيز :

لقد اختارت بنت النيل للمجموعات الآتية من  
محلات «ال» الشهيرة للمزمار والتجميل  
شركة هورج مابفا - خلف شيكوبيل بمبنى سينما متربول بالقاهرة

ادفعى هنرا واحدا : واشترى ما قيمته  
١٣٥ قرشا من المجموعات الآتية

## المجموعة الاولى :

عدد	التمن
٢	شراب حريمى فوق روز
١	احمر شفاه ماكس فاكتر فولى روز

١٣٥ ادفعى ١٠٠ قرشا + الكوبون

## المجموعة الثانية :

عدد	التمن
٢	شراب حريمى سميراميس
١	زجاجة كولونيا نصف لتر ماريز

١٣٥ ادفعى ١٠٠ قرشا + الكوبون

## المجموعة الثالثة :

عدد	التمن
٢	شراب حريمى شسترفيلد
١	علبة بودرة ماكس فاكتر

١٣٦ ادفعى ١٠٠ قرشا + الكوبون

## المجموعة الرابعة :

عدد	التمن
٢	شراب حريمى فيليه غير قابيل
١	للتنسيل زجاجة شامبو هيلين كيرتس

١٣٥ ادفعى ١٠٠ قرشا + الكوبون

## المجموعة الخامسة :

عدد	التمن
١	زجاجة كولونيا لتر ماركة دوشيس
١	بونية كاوتش للحمام

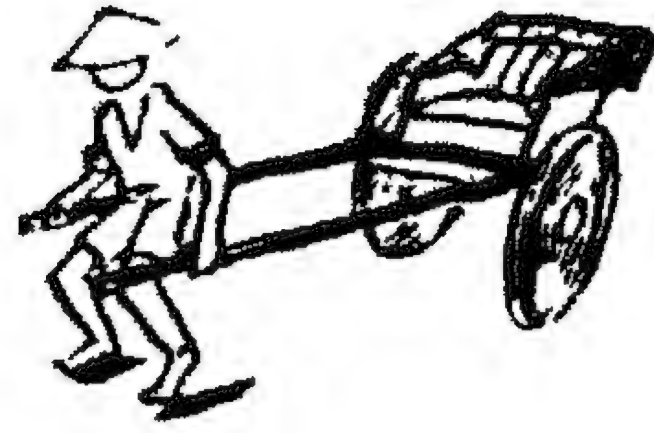
١٣٥ ادفعى ١٠٠ قرشا + الكوبون

## المجموعة السادسة :

عدد	التمن
٢	شراب حريمى باريس
١	كريم ماكس فاكتر
١	بلاك ستيك

١٣٤ ادفعى ١٠٠ قرشا + الكوبون





امتنحى معلوماتك التزويجية  
١ - ما اسم الحلف العسكري  
الذي انشأه الامريكان في جنوب  
شرق آسيا لمقاومة الصين الشعبية ؟  
١ - حلف مانيل  
ب - حلف كراتشي  
ج - حلف فورمورا

٢ - ما اسم العربات التي تشبه  
عربات الحنطور بمصر والتي يجرها  
الانسان بدلا من الحيوان في مستعمرة  
هونج كونج البريطانية ؟  
١ - البولوك  
ب - الريك  
ج - الكارته

٣ - تدفع المرأة المسلمة مهرا  
للرجل الذي يقدم للزواج منها في  
اي بلد من هذه البلاد ؟  
١ - بورما  
ب - الباكستان  
ج - سيلان

## حقيقة الحياة

الزمن وكلما مرت الايام على  
الزواج .. والواقع ان هذا  
الذي يشكو منه الأزواج أو  
الزوجات ليس جزرا ان  
صح هذا التعبير ولكنه  
يعتبر نوعا من الملل والسأم  
مركب في طبيعة الانسان  
ويظهر دائما اذا استمر  
يحيا حياة رتيبة ليس فيها  
تغيير أو تبديل .  
وبما أن الحياة الزوجية  
المثلى لا تحصل التغيير

تتسم العلاقات الزوجية  
عادة بين أي انسان وانسانة  
في بدايتها بالقوة ، بالقوة  
في العاطفة والانسجام  
والتوافق لدرجة ان الفترة  
الاولى في أي زيجة تمر  
كالحلم على العروس  
والعريس على حد سواء .  
على أن الكثيرين من  
الجنسين سرعان ما يشكون  
من موجة الجزر تنتاب  
العلاقات الزوجية كلما تقدم

والتبديل بمعنى أنه ليس  
في الامكان ان يأتي الرجل  
بامرأة غير امرأته بين  
الفينة والفينة كما أنه ليس  
بامكان السيدة أن تأتي  
برجل غير رجلها من وقت  
لاخر فلا بد من حل لهذا  
الملل والسأم ..

ان فيض الحب الذي  
يسيطر على العلاقات  
الزوجية في بدايتها سرعان  
ما ينحسر ويتحول الى نوع  
هادئ من الصداقة والالفة  
تدعمهما المصالح المشتركة  
والمسئولية المزدوجة .

وعلى هذا يجب عليك  
يا سيدتي وعليك يا سيدي  
ان تفهما هذه الحقيقة وأن  
تعملا على تدعيم حياتكما  
الجديدة ان كنتم جديدين  
في ميدان الحياة الزوجية  
بتغيير بسيط من وقت لآخر  
في الميدان الذي تمارسان  
فيه حياتكما المشتركة .

ماذا يمنعكما من أن  
تذهبا في يوم أجازتكما  
الاسبوعية الى ضاحية من  
ضواحي المدينة أو الى الريف  
أو احدي الحدائق العامة  
لقضاء يوم بأكمله هناك ..  
ان تغيير الاطار الذي  
يضمكما سويا من وقت  
لاخر عامل هام جدا لتدعيم  
سعادتكما ..

ستأتيكما اطياف الايام  
الجميلة التي أمضيتها في  
فترة الخطوبة أو شهر  
العسل في مثل هذه  
الرحلات القصيرة السريعة  
.. وسترجعان سويا الى  
عشكما والسعادة تظللكما ،  
والحب القوي يعمر قلبكما  
وهكذا تتدعم شركتكما  
وتتأكد علاقتهما المقدسة .  
وكلمة أخرى أوجهها لكل  
سيدة من سيداتنا هي أنه  
لا يضايق الرجل شيء من  
المرأة قدر رغبتها في مناقشته  
في كل صغيرة وكبيرة  
تعرض حياتهما ..

فحذار من الدخول معه  
في نقاش مستمر ..  
واقصرى بقدر الامكان في  
عرض مشاكلك عليه وحاولي  
أن تحليها دون علمه .

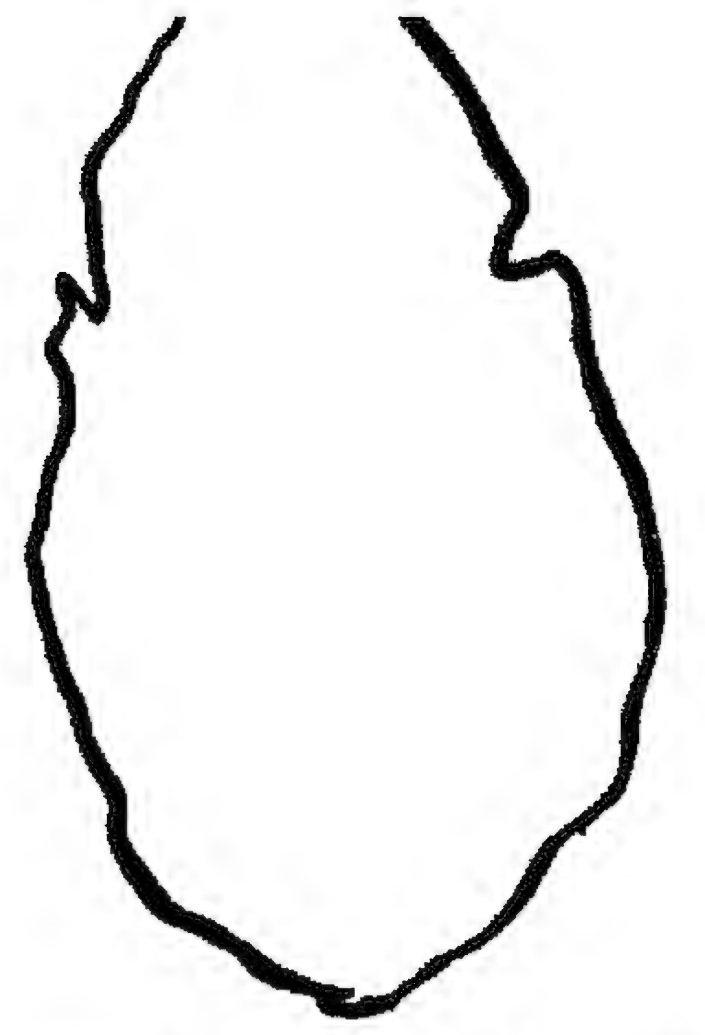
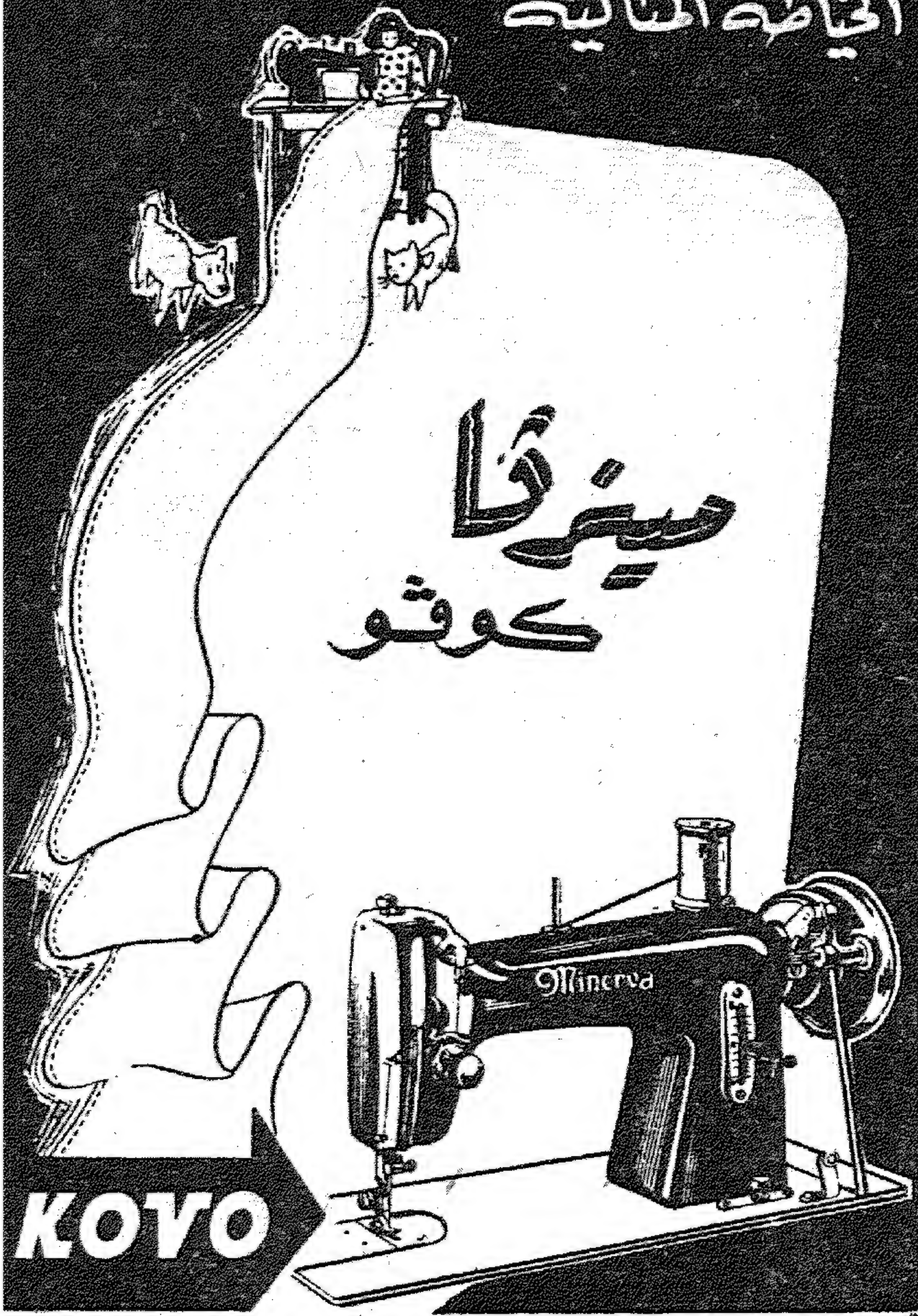
ان الرجل لا يطلب من  
المرأة سوى ان تهبيء له الجو  
الذي يستطيع ان ينسى فيه  
عمله ومتاعبه العامة ولذا  
فلا داعي لان تشغليه بخلق  
متاعب خاصة له ..

وقد عرفت سيدة تحب  
زوجها حبا جما وكل همها  
في الحياة ان تراه راضيا  
عنها وبالتالي عن نفسه ..  
ولكنها رغم ذلك فشلت  
في الوصول الى هدفها ..





انت في حمة الى ما كينة  
الخيطة الثالثة



٥ - تتركز الديانة البوذية في  
بلدين من بلاد الشرق الاقصى في  
الوقت الحاضر ٠٠ في أى البلاد  
تتركز هذه الديانة ؟  
١ - بورما ب - سيلان  
ج - الهند  
الاجابة الصحيحة على ص ٨٢

٤ - ما اسم المدينة التي دفن  
بها المرحوم محمود فهمي (باشا)  
أحد زعماء الثورة العربية في  
المنفى بجزيرة سيلان ؟  
١ - كولومبو  
ب - كادي  
ج - جافنا

ومتى ستعود؟ ومن ستقابل؟  
ولماذا ستقابل هذا الشخص  
او ذاك ؟ فقد ضج الرجل  
من فضولها، وأعلن بعصا  
ان هذا الفضول معناه أنه  
غير حر في تصرفاته ، وانه  
تحت المراقبة وموصوع  
للسك ..

وأخيرا ان الحياة الزوجية  
تبدو عبئا ثقيلا ما كان  
أغناه عنه ..

والامثلة كثيرة وكثيرة  
جدا يا سيدتي ..

وكلها تدعو الى عدم  
الالاحاح أو التكلم فيما لا  
يهمك حتى ولو مزقك  
الفضول وحرقت اعصابك ..

ان عش الزوجية افضل  
مكان تمارسين فيه سعادتك  
وتحققين فيه سعادة زوجك  
وأولادك ... ولكن بشرط  
أن تعمل على خلق الجو  
المناسب لذلك ..

فالمشكلة في الواقع هي  
مشكلة الفهم الواسع  
والتقدير الواعي للحقيقة  
الحياة المشتركة بين الزوج  
وزوجته .. فمتى وصلت  
الى هذا الفهم والتقدير  
.. تحققت لك السعادة ..

١ خ

هل تعرفين السبب ؟  
كانت تأتيه كل صباح  
لتسأله : ماذا نطبخ اليوم ؟  
هل تحب الضوالة أم الارز  
المفلل أم الباذنجان ؟

وكان في البداية يجيب  
عليها لاعتقاده أنها تريد ان  
تعرف أى الاطعمة يفضل،  
ولكن لما وجدها تعودت على  
ذلك أبدى تبرمه وعدم  
رضاه عن طريقتهما وأفهمها  
اكثر من مرة ان عليها  
اكتشاف ذوقه ورغباته في  
الطعام وغير الطعام بمجرد  
ملاحظته ودون سؤاله  
بانتظام عن أى الاطعمة  
يفضل ..

وقال لها بالكلمة الواحدة:  
اننى غير مستعد لان اشغل  
فكرى في هل من المستحسن  
أن آكل ضوالة أم أرز مفلل  
أم باذنجان لان هذا ليس  
عملى ! ..

أعرف سيدة أخرى لا  
تقل عن سابقتها حرصا على  
محبة زوجها ورضاء ولكنها  
لم تستطع ان تصل الى  
هدفها لسبب اخر هو أنها  
كانت تلح في سؤال زوجها  
كل يوم : أين ستذهب ؟

للجرح

أو الخدش

الذى قد

يقتضيه

ديتول

المطهر العصري

تنظيف . مأمون . مبيد  
للجراثيم . لا يؤلم . لا يبقع





توحيد العمل بين الحكومات المنظمة الى الهيئة لرفع مستوى التغذية والعمل على زيادة انتاج الحاصلات الزراعية وتوفير المنتجات الغذائية للطبقات الفقيرة والعمال وسكان الريف

ان الجهل بعلم التغذية يؤدي الى الامراض المترتبة عن الاسراف في الطعام الضار واهمال الطعام المفيد



النافع الذي لا يكون عبثا على الجسم ويرهق جميع اعضائه كما هو حاصل بين اغنيائنا المصابين بمرض الاكل والمريض بالكبد والمرارة والكلى والقلب والشرابين والمعدة والامعاء

ويتسبب ذلك عن الاسراف في طهي طعامنا بالسمن الذي هو عبارة عن مواد دهنية فقط : واننى اكرر هنا بذلك الخصوص عدم الالتجاء الى مواد دهنية اخرى تاتي من الخارج بل الاقلال ما امكن من السمن البلدى افيد والطهى ما امكن بالزبدة اكثر فائدة واما السمن والشحم الذى يردنا من الخارج فهذا غير موثوق به من انه سمن وكذلك النباتات التى يشكو منه كل من استعمله من غازات وحموضة المعدة الشديدة

ويجب الاكثار من الخضروات الطازجة والفاكهة لان المادة الخضراء فى النبات لها فوائد جمة فى المحافظة على الخلايا من المكروبات عدا فائدتها للامعاء وغيرها من الاعضاء اما الخبز الابيض فانه موجود مواد نشوية بعد نزع قشوره التى تحوى الاملاح والفيتمين ويجب على



من يستعملون الخبز الابيض ان يعوضوا ما فاتهم من غذائه بأن يستعملوا بليلة القمح مع اللبن والفريك

واننى انصح لربات البيوت بمطالعة الكتب التى تظهر وتبحث فى هذا الباب فى الاغذية والفيتمينات والكتب المترجمة من الانجليزية الى العربية وهى تباع فى المكتبات وبائمان زهيدة فهذه ذخيرة نافعة وحوية للسيدات تسد بها وقت الفراغ .. وغالبا ما تحولها الى سد نقص فى بيوتنا والاستغناء عن الطب والدواء فتصبح سيدة المنزل هى «الطبيب المداويا»  
دكتور عبدلى اباطه

نار ، ثم تنوع تلك الاغذية بحيث يستمد الجسم جميع العناصر التى يحتاج اليها فى نموه وبنائه وقوته ونشاطه اذا كان هذا النشاط جسمانيا أو عقليا .. أو الاثنين معا ونذكر هنا على سبيل الاجمال مثلا مصفرا لما يلزم الجسم وباختصار حتى يمكن متابعة دراسة هذه الاغذية تفصيلا :

العناصر الخمسة اللازمة لجسم الانسان خلاف الماء هى ما يأتى :

١ - المواد الكربوهيدراتية : لتوليد الطاقة الحرارية

٢ - المواد البروتينية : لتجديد خلايا خلايا الجسم

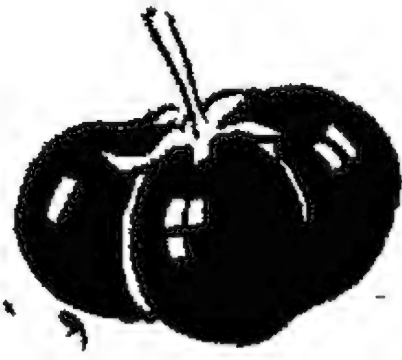
٣ - المواد الدهنية : لتوليد الطاقة والحرارة

٤ - المواد الاملاح : لبناء العظم والانسان

٥ - المواد الفيتامينات : لحفظ الصحة العامة والوقاية من الامراض

اما المواد الكربوهيدراتية : فتوجد فى الاغذية الاتية : الخبز والارز والبسكوت ، والمواد السكرية ويوجد البروتين فى : انواع السمك واللحوم والطيور والكبد والكلى والبيض والجبن والبقول كالعدس والفول والفاصوليا والحمص وكذلك فى البندق والجوز واللوز

المواد الدهنية توجد فى : شحم الحيوان والزبدة والقشدة والزيت النباتية



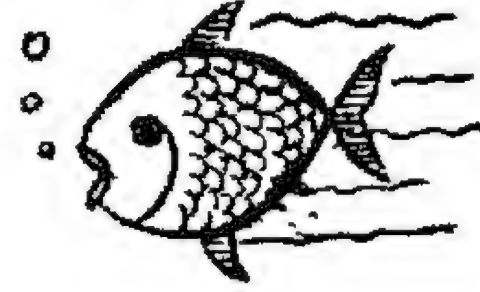
الاملاح المعدنية التى هى : الكالسيوم والحديد والمغنسيوم والفسفور واليود والكلر والكبريت وهى توجد فى اللحوم والحبوب والبقول واللبن وفى معظم الخضروات كالكرنب والسبانخ والبسلة والقريبط وفى الفاكهة

والفيتامينات ولم تدرك قيمتها الا منذ نصف قرن توجد باسم فيتامين ا، ب، ج، هـ : وتوجد فى القشدة واللبن والكبد وصفار البيض والجوز والشمش والخوخ والطماطم والمنجة والبطيخ وكذلك فى نخالة الحبوب والفاكهة الطازجة ولما كانت التغذية من الاهمية الحيوية لجميع الاحياء من انسان وحيوان : فقد انشئت مؤسسة دولية للتغذية فى اكتوبر سنة ١٩٤٥ وكانت اولى المؤسسات الدائمة التى انشأتها هيئة الامم المتحدة عقب انتهاء الحرب العالمية الاخيرة ، والغرض من هذه المؤسسة



## طعامك في الصيف .. للكثرة على أبطا

خصوصا الاطفال تغذية صحيحة صحية .. وعلى هذا فتأتى خطورة هذه المسئولية فى الدرجة الثانية بعد التغذية الروحية والعقلية التى تتولاها الام المثالية التى تريد أن تؤدى الى وطنها أجل الخدمات واخطرها شانا بعد هذه المقدمة نتعرض الى ما يجب حيال هذه الاغذية من تطهير



وطهى واعداد - المعروف ان الامراض البولية تكثر فى فصل الصيف وتنتشر بسرعة فيجب غسل الخضروات جيدا خصوصا تلك التى لا تطهى اى التى تعد للسلطة - وكذلك فان طهى الطعام له فن خاص به حتى لا تلتف الفيتامينات التى يحتوى عليها والتى هى العنصر الاساسى للتغذية ووقاية الجسم من الامراض - واما اعداد الطعام وتقديره فهذا فن يجب أن يدرس جيدا من حيث لزوم الجسم الى مختلف العناصر من فيتمينات واملاح وعناصر الخضروات الطازجة التى تعد بدون

علم الاغذية من اهم العلوم التى يجب ان يلم بها كل انسان حتى يتعرف على الضار منها والنافع والضرورى وغير الضرورى هذا من جهة النوع اما الكمية فهى علة العلة التى اوصى بتنظيمها النبى عليه الصلاة والسلام بان بين ضرر الاسراف فيها بقوله «ما ملا ابن آدم وعاء شرا من بطنه» وبين كذلك اسس الصحة العامة فى الغذاء قائلا «نحن قوم لا ناكل حتى نجوع واذا اكلنا لا نشبع» وهذه حكمة بالغة الفائدة صارت اساسا للطب الوقائى الحديث

وان من اوجب الواجبات على السيدات ان يكن مللمات بهذا



العلم الخطير لانهن المشرفات المباشرات والسيطرات على هذا الفن فى المنزل وعليهن يقع العبء الاكبر فى تغذية جميع افراد المنزل



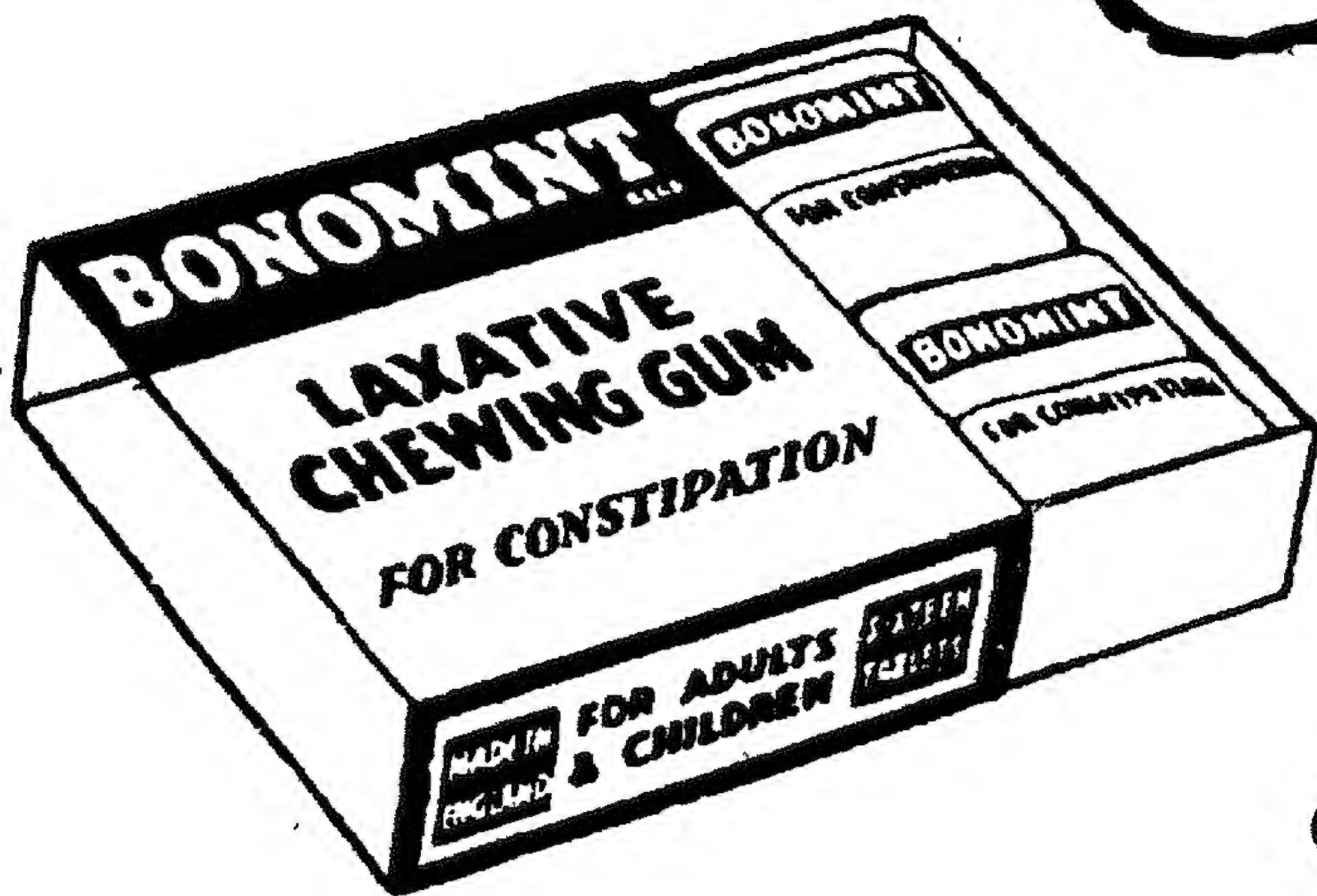
القاهرة : ميدان سليمان باشا رقم ٢ تلفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ٢٥٠١٥  
الاسكندرية : شارع شريف رقم ٢٩ تلفون ٢٣٩٢٩ جميع كتابه السابعة الممتدة





في ليلة واحدة...  
تخلصين من الإمساك باللبان الملين

بونومنت



انك تمضين بونومنت مثل اللبان العادي.  
فتسعين بطعم النعناع النفس في فمك.  
وأثناء المضغ تخلصين الفاعل الملين الموجهة  
فيه من اللعاب. وبذلك تخلصك من  
الإمساك بطريقة طبيعية للغاية..  
إنه الملين المفضل لدى الصغار والكبار

بونومنت

اللبان الملين ذو النكهة المنعشة





- المرأة مع الرجل في بناء الوطن جنبا الى جنب

من العمر ووالدي كل يوم تحدثني في هذا الامر وتنصحنى بقبول الزوج اللائق اذ أنه ان عاجلا أو اجلا سيأخذ الاب ابنته عندما تبلغ التاسعة من عمرها وسأكون حينئذ وحيدة وقد ضيعت مستقبل أما لو تزوجت فسأكون في كنف رجل وأما لاولاد آخرين يسوننى فشل في زواجى الاول وانها ، أى أمى، لن تدوم لى فقد أصبحت متقدمة فى السن وربما ناداها الله لجواره من لحظة لآخرى فماذا يكون مصيرى بعدها وليس لى أخوة ولا أقارب مقربون . اننى بين كل هذه الامور اشعر اثنى فى دوامة فيماذا تنصحينى ؟

ف. ل. دمياط

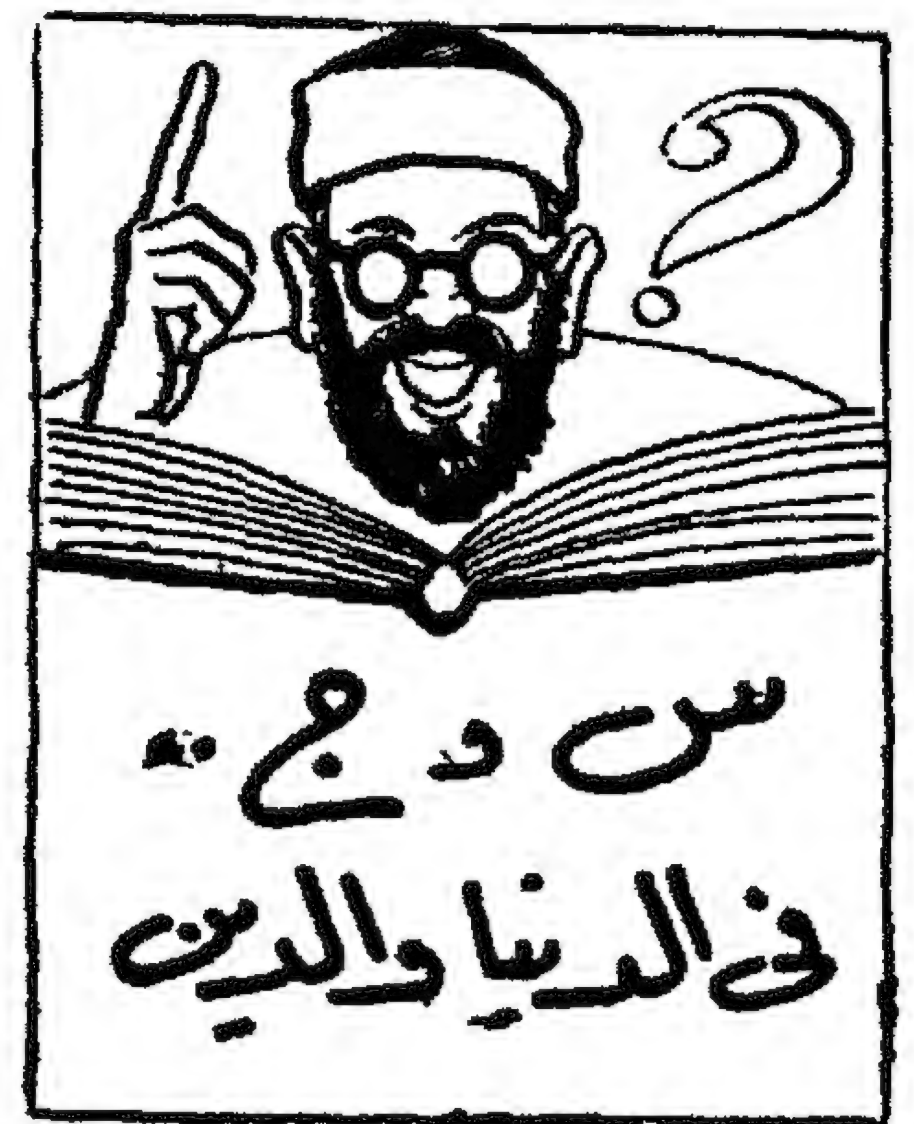
ج - والدتك على حق ياسيدتى اذا كان امتناعك عن الزواج هو بسبب ابتكك وعلى العموم بزواجك ستنتقل الحضنة الى امك فلن تحرمى من ابتكك والله تعالى كريم فادد على اطالة عمر والدتك لترعاه وتروى ابنتك وبهذه المناسبة اعرفك أنه يمكن مد فترة حضانتك لابتكك او حضنة والدتك لها حتى سن الحادية عشرة اذا أثبت ان انتقالها لوالدها فيه ايداء لها .

الزوجية ولكن لاكتساب الجنسية المصرية حتى يتمكن من البقاء فى القطر المصرى كمصريات لا يمكن ابعادهن ومنعا لهذا التحايل استلزم قانون الجنسية الجديد للتي تزوجت فى ظله ، ان تبدى الاجنبية رغبتها فى الدخول فى جنسية زوجها المصرية وان تستمر العلاقة الزوجية قائمة بينهما مدة عامين من تاريخ ابداء الرغبة وتصبح مصرية الجنسية بعدها واذا رأت الحكومة ان الزوجية وهمية والمقصود منها اكتساب الجنسية فقط رفضت اعطاها الجنسية المصرية . اما اختك فقد أصبحت مصرية بمجرد تجنس زوجها لان اكتساب الاجنبى للجنسية المصرية يشمل زوجته واولاده القصر ، فبادرى بتقديم طلب رغبتك فى الدخول فى جنسية زوجك المصرية لوزارة الداخلية وبعد عامين ان شاء الله تصبحين مصرية وتسافرين ياسيدتى بجواز سفر مصرى .

س - طلقنى زوجى منذ ثلاث سنوات وتزوج من غيرى وقد تقدم الى عدة عرسان من هذا التاريخ ولكنى رفضتهم جميعا حتى لا يأخذ زوجى منى ابنتا البالغة سنوات

اننى أشك فى ذلك اذ ان جارتى عراقية الاصل واخبرتني أنها تزوجت منذ ١٠ سنوات من مهندس مصرى وقد استخرجت جواز سفر مصرى من القنصلية المصرية بالعراق بعد عقد قرانها بيومين وقبل حضورها لمصر فلماذا هذا الاستثناء؟ كما ان شقيقتى الصغرى تزوجت من ابن عمى وقد حصل أخيرا على الجنسية المصرية من شهر ومع ذلك فقد منحت أختى جواز سفر مصرى وسافرت فكيف تصبح مصرية رغم ان زوجها كان من قبل شهر اجنبيا وكيف انا زوجى مصرى أصلى ومع ذلك ما زلت سورية ؟ يعاملوننى هذه المعاملة ؟؟ ص. ع. الاسكندرية

ج - زواج جارتك تم منذ عشر سنوات أى فى ظل قانون الجنسية الصادر سنة ١٩٢٩ وكان يقضى باكتساب الاجنبية التى تتزوج من مصرى الجنسية المصرية بمجرد الزواج ولا تفقدها اذا طلقت أو مات زوجها الا اذا استردت جنسيتها او تجنست بجنسية اجنبية او اقامت فى بلدها . وعلى هذا الاساس كانت بعض السيدات يعقدن قرانهن على مصريين لا يقصد الحياة



س - اننى سورية ولدت بالاسكندرية ومقيمة بها وقد تزوجت منذ عام بشاب مصرى أى اننى أصبحت مصرية مثله ولكن عندما اردت استخراج جواز سفر للذهاب لسوريا لزيارة أهلى رفضت وزارة الداخلية منحى جواز سفر لاننى على حد قولهم ما زلت سورية رغم وجودى بمصر من زمن ورغم زواجى من مصرى وأنه لا يمكننى السفر بجواز سفر سورى واننى لحصولى على جنسية زوجى المصرى لا بد من توافر شروط خاصة غير متوفرة لدى فهل هذا صحيح؟



# كل شيء عن الانكيت

ينتظرون نهاية هذا التعازم .  
ان القاعدة في هذه الاحوال  
تقتضى أن يدخل القريب من  
الباب قبل البعيد . فاذا ما  
اجتمع شملهم أشارت  
الداعية الى مكان جلوس كل  
من مدعوها . ولا يجلس  
الرجال عادة الا بعد أن  
تجلس السيدات .

أحيانا أن يقف المدعون أمام  
باب غرفة المائدة ويتعازمون  
على الدخول . فيقول أحدهم  
للآخر : « اتفضل » ويرد  
الآخر « لا والله اتفضل  
انت » ويجب الاول « ازاى  
ده ما يصحش أبدا ! هي  
العين تولى على الحاجب ! »  
كل هذا وسائر المدعوين

استقبالها ان كان لديك  
فسحة من الوقت . ولكن لا  
تورطى نفسك فى شراء  
أشياء تعلمين مقدما أن  
ميزانية منزلك لا تتحملها .  
أرفضى الشراء بلطف قولى  
للبائعة ان ميزانيتك لا تسمح  
بذلك . وان أغرتك  
بالتقسيط اعتذرى لها بأنك  
لا تميلين الى هذا النوع من  
المعاملة وأنت تفضلين أن  
تقتصدى المبلغ كله وتدفعيه  
مرة واحدة على أن تضطرى  
الى رد السلعة وخسارة  
الاقساط التى دفعتها لان  
أزمة مالية حاقت بك . ولكن  
اياك وأن تصفى الباب فى  
وجهها . انها انسانة مثلك  
تكسب عيشها بعرق جبينها .

## كيف تستقبلين زائرا لا تعرفينه ؟

أرسلت لى قارئة تسألنى  
عن الطريقة التى تستقبل  
بها زائرا لا تعرفه . وقد  
أوضحت لى أن هناك آنسات



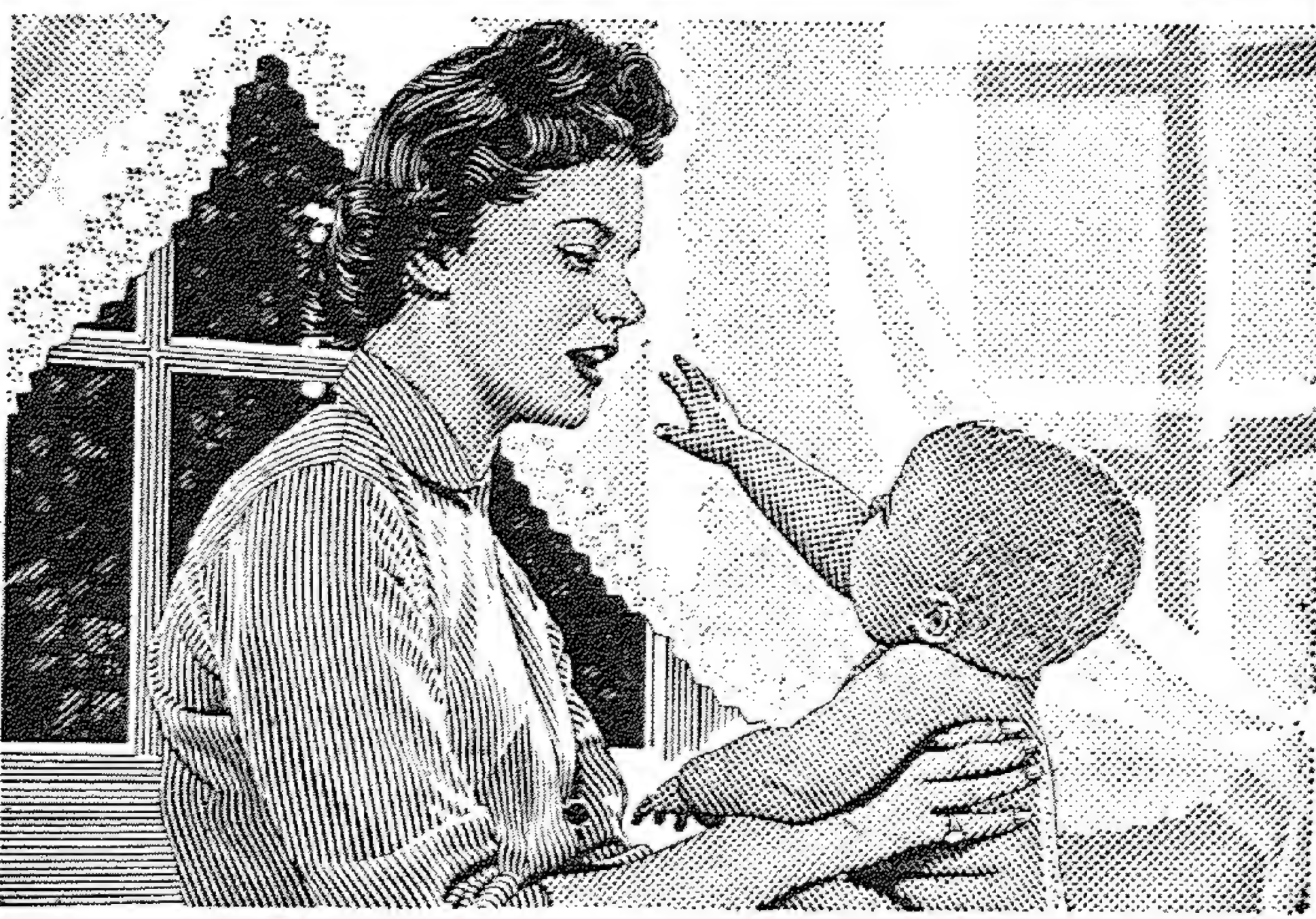
أو سيدات يطفن بالبيوت  
ليعرضن سلعة جديدة على  
ربات المنازل .

وأبادر فأقول لهذه  
القارئة ولغيرها من القارئات  
أن الابتسامه الحلوة ورد  
إلتحية لا تعنيان أنك لا  
تمانى فى الشراء . أما ان  
كنت وحيدة فى شقتك  
وتخشين أن تكون الزائرة  
أحدى المحتالات فاعتذرى لها  
وهى بالباب بأنك مضطرة  
الى النزول وأنت متأسفة  
من عدم استطاعتك استقبالها  
والتحدث معها فيما جاءت من  
أجله . وان كنت فى المنزل  
بصحبة غيرك فيمكنك



## الدخول الى حجرة المائدة

هذا سؤال تأخرت فى  
الرد عليه لاننى سبق أن  
وفيته حقه فى عدد من أعداد  
السنة الماضية . ان سيدة  
البيت هى التى تدعو  
الضيوف الى حجرة المائدة  
بأن تقول لهم : « تفضلوا  
الى حجرة المائدة » . وجرت  
العادة أن يدخل أولا أكبر  
المدعوين مقاما بصحبة سيدة  
البيت . أما ان لم تكن  
هناك سيدة للبيت فان  
صاحب البيت يدخل مع  
السيدة التى سوف تجلس  
الى يمينه . ويتبعها بقية  
المدعوين . ويحدث عندنا

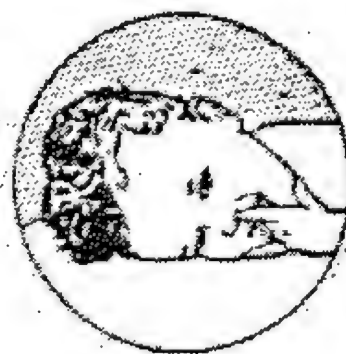


## الطفل لا يصرخ الآن !

إن بشرة الطفل الرقيقة تلهب وتحنقن سريعا ، فنجعل يديه  
ويصرخ من شدة الألم ، خلصى طفلك من هذا الألم  
ودلكيه ببودرة جونسون للأطفال عند تغيير  
ملابسه الداخلية وعند استحمامه . وسوف يرتاح طفلك  
لنغومها ورقتها . بودرة جونسون  
للأطفال ترطب بشرة الطفل  
وتضفى عليه الراحة والبهجة .



بودرة  
جونسون  
للأطفال



استاج جونسون وجونسون - جريشاشيا

### بنو النيل

مجلة نائية اجتماعية أدبية  
تصدر أول كل شهر  
صاحبها ورئيس تحريرها  
الدكتور درية شفيق

العدد ٤٨ : شارع قصر النيل - القاهرة  
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤  
الاشتراك السنوى :  
١٠٠ فى مصر والسودان  
١٥٠ فى البلاد العربية  
٢٠٠ فى الخارج : أومايادارا



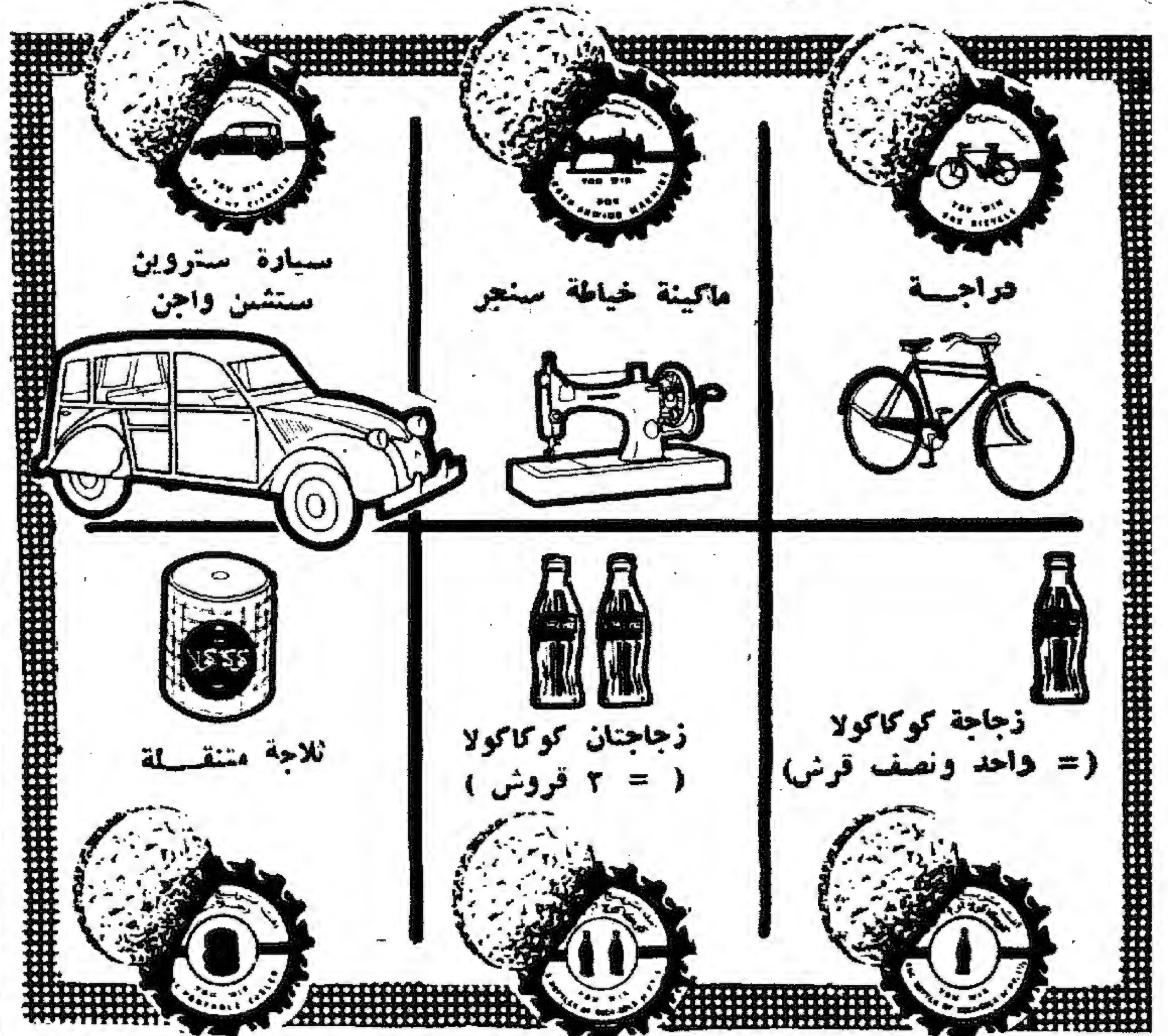
اشرب كوكا كولا اللذيذة  
واطلب الكبسولة



تربح

واحدة أو أكثر من هذه الجوائز المدهشة

- ١٠ سيارات ستروين ستشن واجن
- ١٠٠ ماكينة خياطة "سنجر"
- ٥٠٠ دراجة
- ٥٠٠٠ ثلاجة متحركة
- ٤٠٠,٠٠٠ فرصة لشرب كوكا كولا مجاناً...



في كل مرة تشرب فيها كوكا كولا  
اللذيذة انزع الفلينة من  
الكبسولة وإذا كانت الكبسولة  
تعمل من الداخل علامة إحدى  
الجوائز فيمكنك استبدالها في  
الحال

فلديك ٦١٠,٤٠٥ فرصة  
لتفوز بأحدى هذه الجوائز

اليوم قد يسعدك الحظ بواحدة منها أو أكثر...  
فاطلب الكبسولة

© Coca-Cola

أصحاب امتياز التعبئة: مصانع تعبئة سيكو

## فضيحة الشر...

وكان أبوه يقرر في منحه ما يطلب  
من مال ، فيلجأ الى خالة له في  
القاهرة تحبه حب أولادها منذ ماتت  
أمه اختها . ثم ماتت هذه الخالة ،  
وانقطع بالمتهم كل مورد للرزق ،  
والج على أبيه أن يعينه فازداد معه  
عناداً وتقتيراً ، وطرده طرداً من  
حياته ، وقال له أنه يرى وجهه ما عاش ،  
ولا يريد أن يرى وجهه ما عاش ،  
فقد كان الرجل لاهياً حتى عن ولده  
بالزواج الفارق فيه متنقلاً ما بين  
شابة وأخرى .

وانتهى الأمر بالولد الى هذه  
الجريمة المنكرة . ثم الى الليمان  
ليقضى باقي عمره ، فقد حكم عليه  
بالاشغال الشاقة المؤبدة .

ادم اذا ما تجبر :

وهذه مأساة أخرى ، سببها  
تجبر آدم ، وثورته في غير محل ،  
وسوء تصرفه ، وهو مثل ساذج  
جننا به من الريف لضربه للزواج  
المتحضرين المثقفين الذين تعصف  
العواصف بهنائهم للزوجي وتقامر  
بمستقبل أولادهم بسبب مشاحنات  
كل يوم .

لقد حاولت « زينب » الزوجة  
الشابة الريفية عيشاً أن ترضى تصرفها  
لزوجها « متولى » وتؤكد له أنها  
ما باعت مصوغها الا لتشتري له  
بشمه جاموسة بدل جاموسته التي  
نفقت ، فقد قال لها وهو نائر  
مهتاج :

- هو أنا موش راجل علشان  
أخذ حق مصوغك الى جيبته لك .  
فيه ذراعى وفيه عرق جيبني .  
انتى مرقتى عن طاعتى ومالكيش  
عيشة معايا خلاص . كم مرة تقولى  
لى أنك حبيبى المصوغ وأقول  
لك مستحيل طول ما أنا حى فى  
الدنيا .

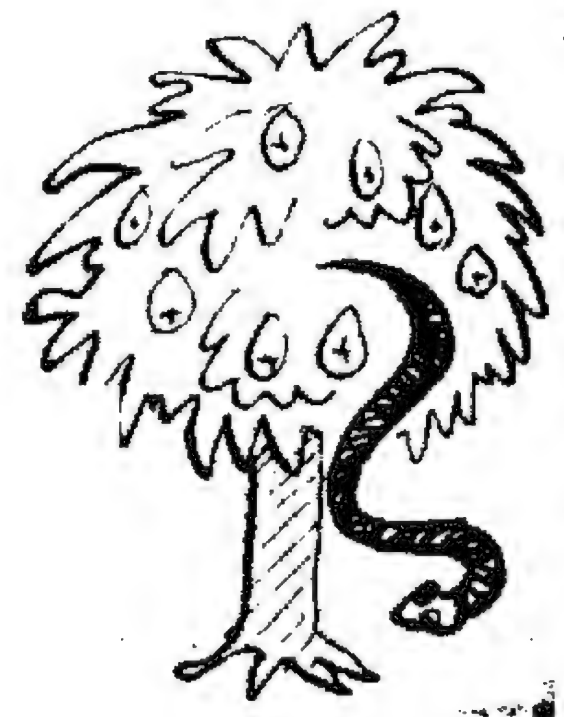
ولكنه لم يصغ اليها ، ومضى  
يتهمها بسوء التصرف والخروج



عن طاعته ، وأصر فى النهاية على  
أن تخرج من البيت وتذهب الى أهلها  
فى هذه الساعة المتأخرة من الليل  
وأن تنتظره هناك حتى يلحق بها

.. أنا قتلت أبويا لانه كان  
حاطط همه ومضيع فلسه فى  
الجواز ومشحتنى ورامينى .

تلك هى الكلمات التى كان يتمتم  
بها « صالح خليل إبراهيم » عندما  
أخذ بفداحة جرمه أثر اغتياله أبيه ،  
الرجل الثرى المزواج ، الذى كان  
لا يتزوج زوجة الا ليطلقها بحثاً  
عن غيرها ، وقدر له ألا ينجب  
أحداً من زوجاته الاحدى عشرة غير  
هذا الولد . الولد الذى قتله .  
وهو حامل السكين التى أعدها



ولعل هذه الجريمة أنكر ما سببه  
تعدد الزوجات من مأس وفواجع .

عول القاتل « حسن » على قتل  
أبيه ، وذهب لداره باحثاً عنه ،  
للجريمة . ولما أخبرته زوجة أبيه  
الحادية عشرة انه ليس بالدار ، لم  
يصدقها ودخل يفتش عليه فلما  
لم يجده انصرف الى الفيط متعقبا  
فريسته ، وهناك انقض عليه كوحش  
ضار وطمنه تلك الطعنات القاتلة  
التي أثبتتها المحقق فى محضره ، فى  
عدة مواضع من جسمه ، فلم يلبث  
بعدها حياً سوى بضع دقائق قليلة  
.. وعاد ولده القاتل الى داره وهو  
يتحدث طول الطريق مجاهراً بفعلته  
كالمجنون ، حتى اذا ما وصل الى  
داره طرد منها زوجته وأغلقها  
عليه . ولما هدا اضطرابه وصحا من  
سكرته ، فكر فيما أقدم عليه وما  
ينتظره من عقاب ، فهاله الأمر وعزم  
على تدبير طريق للخلاص . ولمح  
حمامة راقدة على بيضها فأسرع اليها  
يذبحها ونثر دماءها على ملابسه  
ليغطى آثار جريمته بتمويه اللطع  
التي انتشرت على جلبابه من دماء  
أبيه .

واتهمته زوجة أبيه ، وقبض  
عليه ، وشهدت وشهد معها  
شهود اخرون بأنه كان فى خصام  
مستمر مع أبيه ، بسبب مطالبته  
له بنقود لتعطله عن العمل منذ مدة  
طويلة بسبب مرض صدرى ألم به ،

737/SEP-48



# الزوجة الحادية عشرة

هناك • ولم يجد الخفيران بدامن الاعتراف • وكان الفضل في ذلك للفلاح الشاب الذكي الواسع الحيلة • وهكذا انتهت المأساة الدامية • والجاني الاول فيها في عرف السماء • وان لم يكن في عرف القانون هو الزوج • الزوج الذي تجبر •

من أمريكا :

ولنترك المآسى وحديثها، ونسافر بقارئاتنا الى نيويورك لنقص عليهن قصة هذه القضية الضاحكة التي نظرتها احدى محاكم نيويورك هذا الاسبوع ، قضية سيدة اسمها « كيت » اتهمت بضرب زوجها « برادوك » ولطمته على خده ، هذه هي التهمة التي وجهها اليها ، وهي كما ترين ليست غريبة ولا هي الاولى من نوعها ، وانما الغرابية فيما نال مسز كيت من عقاب المحكمة ، فقد خيرتها بين امرين : اما السجن اسبوعا ، واما ان تقبل زوجها صباح كل يوم مثل هذه المدة •

وقد فضلت الزوجة العقاب الاخير ، فاطلقت المحكمة سراحها بعد أن وعدت بتقيل زوجها ، وبأن له أن يشكوها ثانية اذا هي قصرت في أداء هذا الواجب •

ولم يمض الاسبوع حتى عاد الزوج الى المحكمة يشكو من ان زوجته اخلت بتنفيذ الحكم • وجي ، بالزوجة فذكرت بأن زوجها هو الذي أجبرها على ذلك ، اذ كان يعتمد اكل الثوم ليل نهار ليجعل رائحة فمه كريهة وينفرها من تقبيله



قاصدا بذلك الكيد لها والزج بها في السجن انتقاما منها •

وفي هذه المرة حكمت المحكمة ببراءة الزوجة والفاء الحكم السابق ••

ليست هذه القضية أغرب في قصتها من الخيال أو النكتة المؤلفة •• ولكنها أمريكا بلد العجائب والغرائب •

ويطلقها • وسألته متوسلة أن تبني حتى الصباح خوفا من ظلام الطريق اذ كان أهلها يقيمون في قرية بعيدة ، ولكنه أصر على أن تخرج ، فخرجت مرغمة تحمل في جيب رداؤها الاربعين جنيها ثمن مصاغها ، وسارت في خطوات متعثرة الى خارج القرية حتى شارفت الطريق الزراعي القفر ، وقطعت منه مرحلة غير قصيرة فاعترضها خفيران نظاميان واستوضحاها أمرها ، فقصت عليهما في سذاجة واطمئنان قصتها وهي تبكي ، ظنا منها ان يلين قلباهما لها فيعودا بها الى زوجها

وتبادل الخفيران نظرات ذات معنى ، وطلبا من « زينب » اثبات ما ادعته فأخرجت من جيبها الاربعين جنيها ، وما كادت تفعل حتى قفز عليها الخفيران ، فاخطف أحدهما النقود من يدها بينما وضع الاخير يده على فمها لئلا تصرخ •

ولم تمض لحظة حتى كانت زينب جثة هامدة • وأسرع الخفيران فرميا جثتها في حفـل قريب واقتسما المال ، ووضع كل منهما نصيبه في لبدته ثم واصلا السير في دركبيهما • وما كادا يبتعدان عن مسرح الجريمة حتى برز فلاح شاب كان يروي حقله ساعة وقوع الحادث وشاهد من مكانه كل شيء ، دون أن يشعر به الجرماني •••

وبينما هو حائر فيما يفعل أقبل الزوج « متولى » يعدوليلحق بزوجته ويعيدها الى البيت ، اذ تبين خطاه ، فلما راه الفلاح الشاب شاهد الرؤية في الجريمة المنكرة ، أمسك به من رقبته وأخذ يصرخ والرجل في دهشة من أمره ، وكان الخفيران لم يبتعدا كثيرا ، فلما سمعا الصياح أقبلا مرعيين • ولما رآهما الفلاح اتهم متولى الزوج بأنه يتهمه بمحاولة سرقة ماشيته ، بينما أقسم متولى أنه لم يفعل شيئا • ولم يبر الخفيران بدا من أن يأخذاهما الى نقطة البوليس للفصل في أمرهما

وأمام ضابط النقطة روى الفلاح الشاب الحادث كما رآه ، وذكر أنه لم يلجأ الى اتهام متولى بالسرقة الا لينقذ نفسه من اعتداء الخفيرين اذا ما حاول ضبطهما وحده ، وأنه ممد الى الحيلة ليستدرجهما الى النقطة •

وفتش الضابط لبدتي الخفيرين فوجد داخلهما المبلغ المسروق ، ثم قام الى مكان الحادث فوجد الجثة

للفساتل الكريباتية

استعملوا

أبو النور الذهبي

صابون مسحوق

No 1 1 KILO NET

SPHINX D'OR en poudre

شركة المايح والصودا المصرية

انتاج المايح والصودا



# جماليات سباقك



باليدين على فخذ واحدة بحيث  
تقوم اليد اليمنى بالدفع واليد  
اليسرى بالشد .

## فخذاك نحيفتان :

لزيادة حجمهما الى الحد  
المعقول جربى هذا التمرين:  
- قفى معتدلة وضعى  
يديك على خصرك مع ضم  
الكعبيين وجعل أطراف  
القدمين الى الخارج . ارفعى  
نفسك على أطراف قدميك  
مع عمل حركة شهيق ثم  
اجلسى على كعبيك مع فتح  
الركبتين ( قومى بهذه  
الحركة الاولى فى شئ كثير  
من اللين ) . وعندما تجلسين  
ضعى الكعبيين على الارض  
وارفعى نفسك مع شد كل  
عضلات الساقين جيدا .  
( قومى بعملية زفير ) ١٢  
مرة .

## بطن الساق نحيف :

لزيادة حجمه مارسى  
رياضة ركوب الدراجات التى  
تقوى الساقين خاصة ان  
قمت بهذا التمرين المفيد بكل  
ما أوتيت من قوة ونشاط ،  
ليتركز المجهود على الساقين  
ويشغل العضلات . وننصح  
أيضا بالقفز بأنواعه والعدو  
والسباحة والرقص الايقاعى  
أو الكلاسيكى . قومى أيضا  
بالتمرين الاتى الذى يضيف  
على بطن الساق جمالا :

المشدودة مع قذف الذراع  
المقابلة فوق الرأس فى شئ  
من اللين . أما الساق المرفوعة  
فيجب ان تمر خلف الذراع  
التي ظلت افقية . والجذع  
يجب ان يظل معتدلا .  
والساقان يجب ألا ينثنيا  
( قومى بعملية شهيق أثناء  
الرفع ) اذفرى عند العودة  
الى الوضع الاول . ( عشر  
مرات لكل ساق ) .

٤ - قفى معتدلة وافردى  
ذراعيك على الجانبين .  
وليكن ثقل الجسم مرتكزا  
على ساق واحدة . أما الاخرى  
فلتظل مشدودة الى خلف .  
اقذفى بقوة هذه الساق من  
الخلف الى الامام أعلى ما  
يمكن ( قومى بعملية شهيق )  
مع اعادة الذراعين الى الامام  
حتى تلمسا القدم المرفوعة .  
قومى بعملية زفير وأنت عائدة  
الى نقطة الابتداء . كررى  
التمرين عشر مرات .

وعند ما تنتهى من أداء  
هذه التمرينات الاربعة دلكى  
فخذيك . وفى استطاعتك  
أن تبدلى كل مجهودك فى هذه  
المنطقة التى لا تتعرض للبلى  
بسرعة . اعجنيهما على وجهها  
الخارجى كما لو كان الامر  
عجينة . وبأطراف أصابعك  
امسكى كل ما يمكن مسكه  
ثم ادفعى ببقية اليد . اعملى  
بيد واحدة لكل جهة أو

زودتهن بسيقان ذات بطون  
مستديرة وبكواحل رفيعة .  
اننا لا نطلب منك أن تسيروى  
على نفس النهج الذى سرن  
عليه . لقد ذكرنا لك حالتهم  
كمثل ولنبرهن لك أنه  
بالمثابرة يمكنك تنسيق  
شكل ساقيك .

ولن نعدك بأنك سوف  
تكسبين المعركة فى ثمانية  
أيام . امنحى نفسك فترة من  
الوقت معقولة : ثلاثة أشهر  
مثلا . وفى هذا الميدان  
كثير من الميادين الاخرى  
لن ينتصر الا الاكثر مثابرة .

## ساقاك سميكتان

لاطالتهما ولتخفيفهما  
قومى يوميا بأداء هذه  
التمرينات الاربعة :

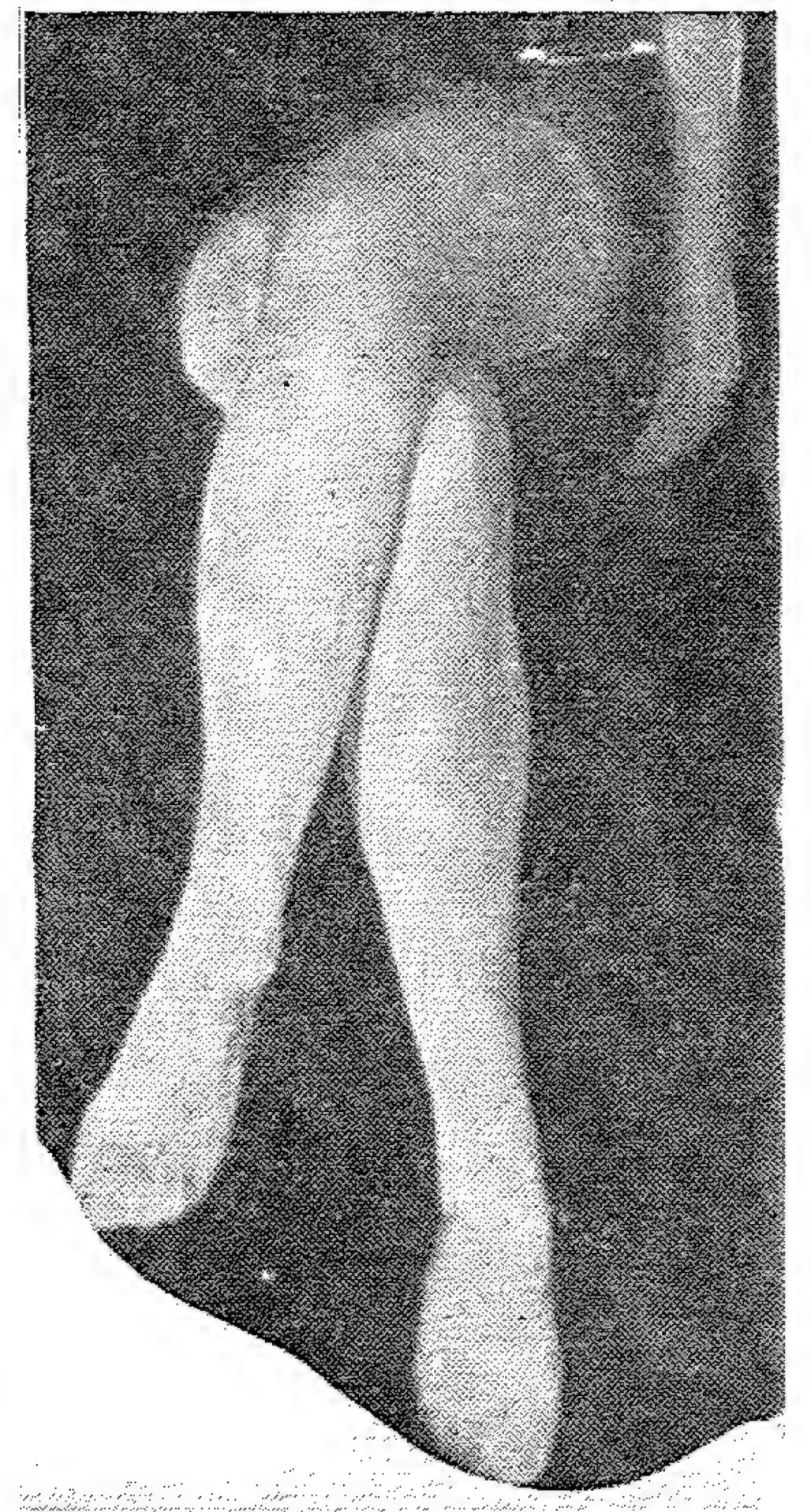
١ - استلقى على ظهرك .  
ارفعى ساقيك فى الهواء .  
اسندى جسمك بيديك .  
قلدى حركة الدراجة . ولكن  
لكى يكون هذا التبديل مفيدا  
نفذه بسرعة واثنى ركبتيك  
الى أن تلمسا أنفك ، ثم مطى  
نفسك الى أن تشتد عضلات  
الفخذين .

٢ - استلقى على جانبك  
الايسر وليكن الجذع مستندا  
على الساعد الايسر بعد ثنيه  
وعلى اليد اليمنى المفتوحة على  
الارض . اقدفى فجأة  
وبسرعة الساق اليمنى مع  
شدها جيدا أعلى ما يمكن  
بحيث تكون القدم ممتدة  
على امتداد الساق ( قومى  
بعمل حركة شهيق ) ، اتركى  
ساقك لتسقط وحدها ( قومى  
بعمل حركة زفير ) ثم كررى  
الرفع ( عشر مرات ) . وقومى  
بنفس التمرين من الجهة  
اليمنى .

٣ - قفى . ضمى قدميك .  
افردى ذراعيك على الجهتين .  
اقدفى الى جانب بقوة الساق

يعتقد الكثير من النساء  
أن السيقان الجميلة نعمة  
تهبها الطبيعة لمن تشاء . فان  
كانت ساقاك جميلتين فاننا  
نغبطك عليهما . أما أن  
كانتا كعيّدان الكبريت أو  
غليظتين كالاعمدة فلا جدوى  
من التحسر . . يجب ان تفعل  
شيئا . لا تقولى انك لا  
تستطيعين أن تطيليهما أو  
تقصريهما . . بل يجب ان  
تعملى وتعملى بسرعة والا  
ضاعت الفرصة منك .

قد لا يكون فى استطاعتك  
اطالة ساقيك . . هذا صحيح  
ولكن فى امكانك ان تصنعى  
شيئا لبطن ساقك أو ترفعى  
من محيط أسفل الساق .  
ان ما يهمنا هنا ليس طول  
الساق اطلاقا ، ذلك أن  
الساق الصغيرة المتناسقة  
تبدو اكثر أناقة من الساق  
الطويلة التى لا شكل لها .  
انك تعجبين براقصات  
الباليه . ومع ذلك فانهن فى  
أول الامر لم يكن جميعا  
صاحبات سيقان جميلة .  
ولكن ممارسة بعض التمرينات





- اجلسى على الأرض واضعة قدميك على الأرض وراقعة ركبتيك ( وضع الساقين يجب ألا يتغير أثناء تادية التمرين ) : ارفعى الكعبيين أعلى ما يمكن دون أن تسمحى لواحد من أصابع قدميك العشرة أن يرتفع عن الأرض . اخفضى الكعب وكررى التمرين من ١٨ الى ٢٠ مرة . يجب أن تشعرى بأن عضلات الساقين تبذل مجهودا .

#### ساقاك قصيرتان :

سوف تبدو ساقاك أطول ان كان بطنها مرتفعا عن مكانه الطبيعى وأسفلها نحيفا . ولكى تحصلى على هاتين الميزتين مارسى تمرينات الرقص وأمشى ما أمكنك على طرفى قدميك ( حافية القدمين وأنت فى المنزل ) وخاصة وأنت تصعدين السلم .

أو قفى على طرفى قدميك . ارفعى نفسك ببطء شديد وابقى هكذا مرفوعة لبضع لحظات .

#### ساقاك غليظتان :

قد يكون جسمك كله بدينا بعض الشيء . لا بد لك اذا فى هذه الحالة أن تتبعى نظاما غذائيا عاما يقلل من وزنك بحيث يذيب الشحم الزائد المكس على الساقين فى نفس الوقت الذى يزيل فيه الشحم المكس على الجسم كله . وقد تبدو بدينة لأنها منتفخة . وفى هذه الحالة يجب عرض الحالة على الطبيب . وانه من النادر ان نجد سيقانا غليظة بالمعنى الحقيقى . انه يكفى عادة تنحيف الكاحل لتعيد الى الساق شكلها الجميل . وحاولى أيضا أن تؤدى هذين التمرينين :

- قفى معتدلة . ربعى ساقا أمام الأخرى . خطى

حولك دائرة أكبر ما يمكن بطرف القدم . أعيدى الكرة الى أن تشعرى بعضلاتك ، ثم قومى بنفس التمرين من الجهة الأخرى ، ثم بالقدم الأخرى فى الاتجاهين .

- ضعى قاموسا ضخما على بعد بضعة سنتيمترات من الحائط . قفى عليه

سيرى بحذاء بلا كعب أطول مدة ممكنة بحيث يكون

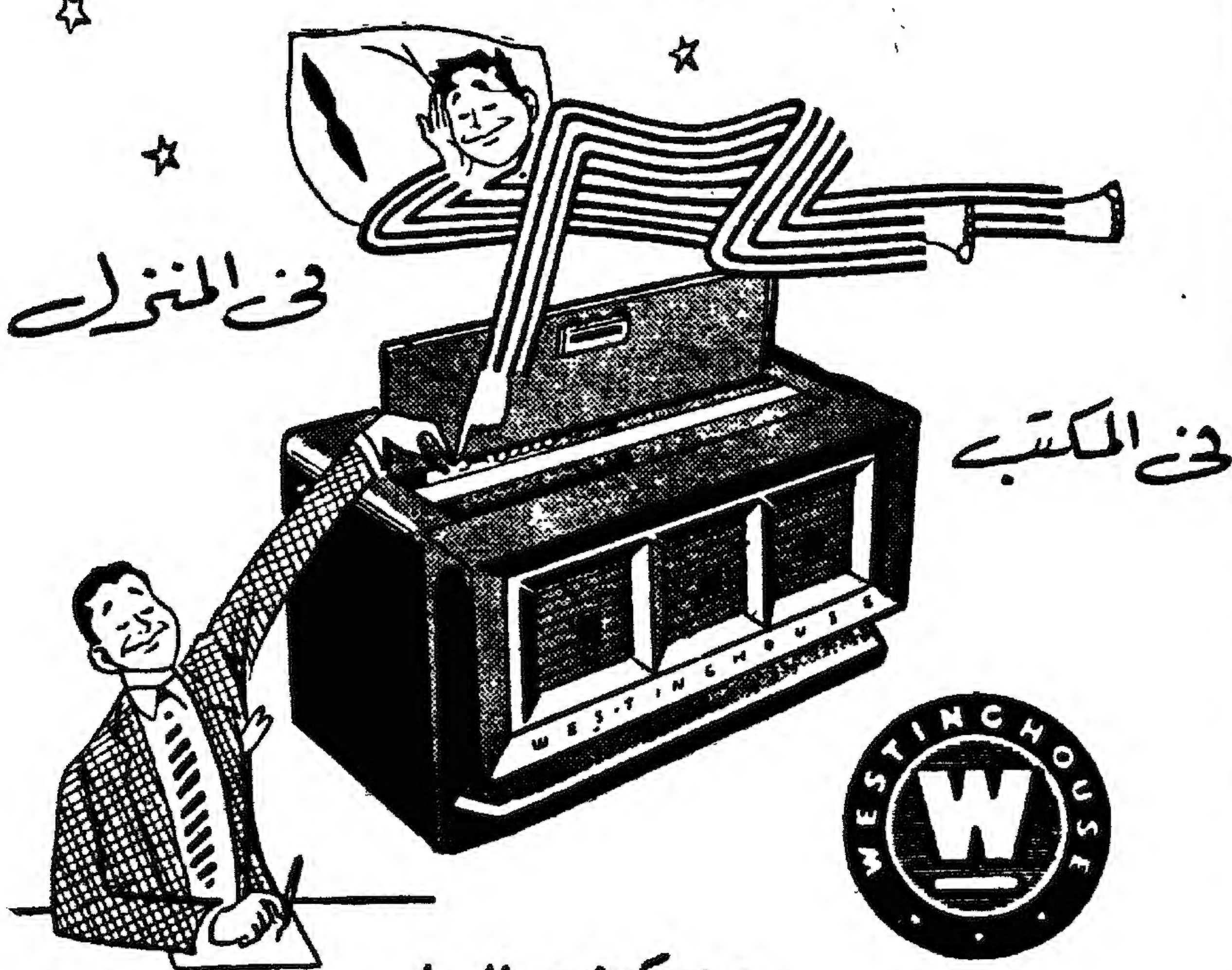
طرف القدم متجها الى الخارج . الى الامام وإلى خلف . ركبناك غليظتان :

عالجى هذا العيب بممارسة جميع تمارين التبديل وركوب الدراجات . استلقى على ظهرك وقدمى . بساقيك مقلدة حركة التبديل على الدراجة .

ركبناك داخلتان :

سيرى بحذاء بلا كعب أطول مدة ممكنة بحيث يكون

تحكم فى الطقس... كما تشاء..



جهاز تكييف الهواء

وستنجهاوس

طراز حجم كبير  
١ حصان ، ١ ١/٢ ، ٢ ، ٢ ١/٢ ، ٣ حصان

شركة التقدم الهندسى

و.و. مافالون وشركاه

القاهرة ١٦ ، شارع بورسطة - (التونيفيخ) ت ٤٤٧٥٧  
الاسكندرية ٢٨١ ، شارع صلاح الدين ت ٣٤٢٢٢

"House of Light" - شركة مافالون

ان اجنحة واروات التبريد وستنجهاوس تحمل توكان الصدارة منذ ٦٥ عاما وثبت كفاءة منقطعة النظير فى كل انحاء العالم .  
تفضلوا بطلب استشارة فى تركيب تكييف الهواء بالآلات المركزية وستنجهاوس نقدم جميع اطقم الكابينة الفخمة التى تحمل صفات ال ١٠٠ حصان





١٠ الى ١٥ دقيقة في اليوم .  
والان هيا الى العمل :

### ١ - هل في استطاعتك السباحة بانتظام ؟

هيا القى بنفسك في الماء  
واسبحي . فان السباحة  
في الماء البارد تكسو  
الديكولتيه ببعض الشحم .  
لذلك نجد أن السباحات لا  
تبرز عظامهن الا فيما ندر .

### ٢ - هل تحبين الغناء ؟

دربي نفسك يوميا عليه .  
ان الغناء يفيد الصدر وينمي  
ويدفع الكتفين الى الخلف  
ويعدل الظهر . وانك لا  
تجدين مغنية ذات صدر  
صغير أو أكتاف تبرز  
عظامها .

### ٣ - هل صدرك في حاجة الى نمو ؟

زودي كمية المواد الدسمة  
في غذائك مثل الزبدة وزيت  
الزيتون والجوز واللوز  
والبندق .

### ٤ - اعني بوقفك ؟

ان ضيقت كتفيك وان  
أحنيت ظهرك فان صدرك  
يتجوف ويسقط . وان  
وقفت معتدلة ومسحت

أيام . انك تسلمين بقضاء  
بضعة أسابيع لشغل مفرش  
جميل أو غطاء كرسي .  
سلمى اذن بتخصيص ثلاثة  
أشهر بل أربعة أو خمسة أو  
سنة أشهر لتعيدى الى  
جسمك جماله . ان أطلب  
منك خلال هذه الشهور  
مجهودا معتدلا ومنتظما .  
وان وافقت على هذا الشرط  
استطعت أن أعدك بتحقيق  
حلمك ان أمضيت معي من

لباس البحر أو في ثوب من  
ثياب الشاطئ، وفي الشتاء  
عندما ترتدين ثوب السهرة .  
وفي استطاعتك ياسيدتى  
أن تكسبي هذا الديكولتيه  
الجميل ولكن لا أعيدك  
بالمعجزات تتحقق في ظرف  
شهر أو شهرين . ولن أقول  
لك أن خمس دقائق في  
اليوم كافية لهذا الهدف  
الذي تريد الوصول اليه .  
ذلك أنه من المستحيل تغيير  
الجسم الانساني في مدى

نحن الان في فصل  
الصيف . فصل الفساتين  
ذات الديكولتيه العريض  
والعميق . ولا شك أن  
الديكولتيه الجميل متعة  
للنظر . وان سحر المرأة  
ليظهر واضحا في استدارة  
الكتفين وعدم بروز عظامهما  
وفي بروز الصدر دون مبالغة  
وفي اعتدال الظهر ونعومته  
وفي عدم بروز عظامه . ان  
الديكولتيه الجميل يبرز  
محاسنك في الصيف وأنت







التدريب تظل القدمان  
ملاستين للأرض .  
**لادخال عظام الظهر والعمود  
الفقرى :**

قفى معتدلة . ضمى  
قدميك . وعلى طرفي القدمين  
مع نفخ الصدر ورفع الرأس  
وشد الذراعين الى خلف  
وضم اليدين اثني فجأة  
الصدر الى الامام دون أن  
تثنى الركبتين مع اعادة  
الكعبين الى الارض والشد  
بقوة على الذراعين الممدودتين  
الى أن تمس الرأس الركبتين  
« ازفرى » عودى الى نقطة  
البدا « شهيق » .

— قفى مع ضم الكعبين  
وتشبيك اليدين خلف  
الظهر . ارفعى ذراعيك  
المشدودتين أعلى ما  
يمكن مع الاحتفاظ باليدين  
متشابكتين وعلى أن يظل  
الصدر رأسيا والرأس  
مستقيمة « شهيق » . عودى  
الى وضعك الاول أو نقطة  
الابتداء « زفير » .

### لتكون قاعدة صدرك جميلة:

ان التمرينات الرياضية لا  
تؤثر على الصدر الذى لا  
يتكون من عضلات . ولكن  
بتنمية عضلات الصدر يمكنك  
نفخ الصدر الى الامام لانه فى  
هذه الحالة يجد ما يرتكز عليه  
فيبرز ، وتوجد عدة حركات  
لتنمية عضلات الصدر ابتعدى  
فقط عن تلك التى تتطلب  
نقل الذراعين . امتنعى أيضا  
عن حركات المقص واللف  
انها تضر بالغدد الثديية .

قفى معتدلة . راحتا  
اليدين متكثتان على بعضهما  
البعض والمرفقان بعيدان عن  
الجسم . اضغطي اليدين  
بقوة كمالو تريدين أن تكسرى  
بينهما جوزة . « لا تتنفسى  
أثناء الضغط ثم ارخي  
العضلات تماما » . استلقى  
على بطنك واتكئى على يديك  
وأسفل القدمين . الجسم

كتفيك عملت فى نفس  
الوقت لظهرك ولصدرك .  
فكرى فى ذلك وأنت واقفة  
وأنت جالسة .

والان أصلحي جميع نقط  
ضعفك . قومي بجميع  
حركاتك ببطء وبلين وتنفسى  
بعمق .

### لتملئ كتفيك

ضمى قدميك وامددى  
ذراعيك أفقيا مع جعل  
الراحتين تتلامسان . افردى  
ذراعيك حتى تلتقى اليدين  
خلفا على مستوى ارتفاع  
الكتفين .

— قفى وافتحي ساقيك  
وامددى ذراعيك رأسيا .  
ارسمى بهما دائرة مع جعل  
الذراعين متوازيين على أن  
تمرا أمام الجسم لتعودا الى  
نقطة البدء : الرأس والصدر  
يجب أن يظلا بدون حركة .

### لتملئ عظام أعلى صدرك :

ليس من الضروري أن  
تبرز عظام أعلى الصدر عند  
النساء النحيفات . ذلك أن  
هذا البروز ينتج عن اندفاع  
التراق الى الامام . والامر لا  
يحتاج الى أكثر من تنمية  
العضلات التى تعيد التراق  
الى مكانها الطبيعى :

— قفى معتدلة ويحرك  
خلف قفاك . اسندى ظهرك  
الى عمود أو الى حائط أو  
قطعة أثاث . اعيدى المرفقين  
« الكوعين » الى الخلف ببطء  
ادفعيهما الى أبعد ما يمكن  
وأطول مدة ممكنة دون أن  
تبعدى ظهرك أو ترججى  
رأسك الى الامام .

— اجلسى على مقعد بدون  
ظهر واسندى يديك على  
حافته . امددى ذراعيك  
وارفعى الحوض واحتفظى  
بهذا الوضع أطول مدة ممكنة  
مع رفع العنق جيدا ورفع  
الرأس الى خلف . وفى أول

تلجئى الى التمرينات العنيفة  
فى أول الامر .

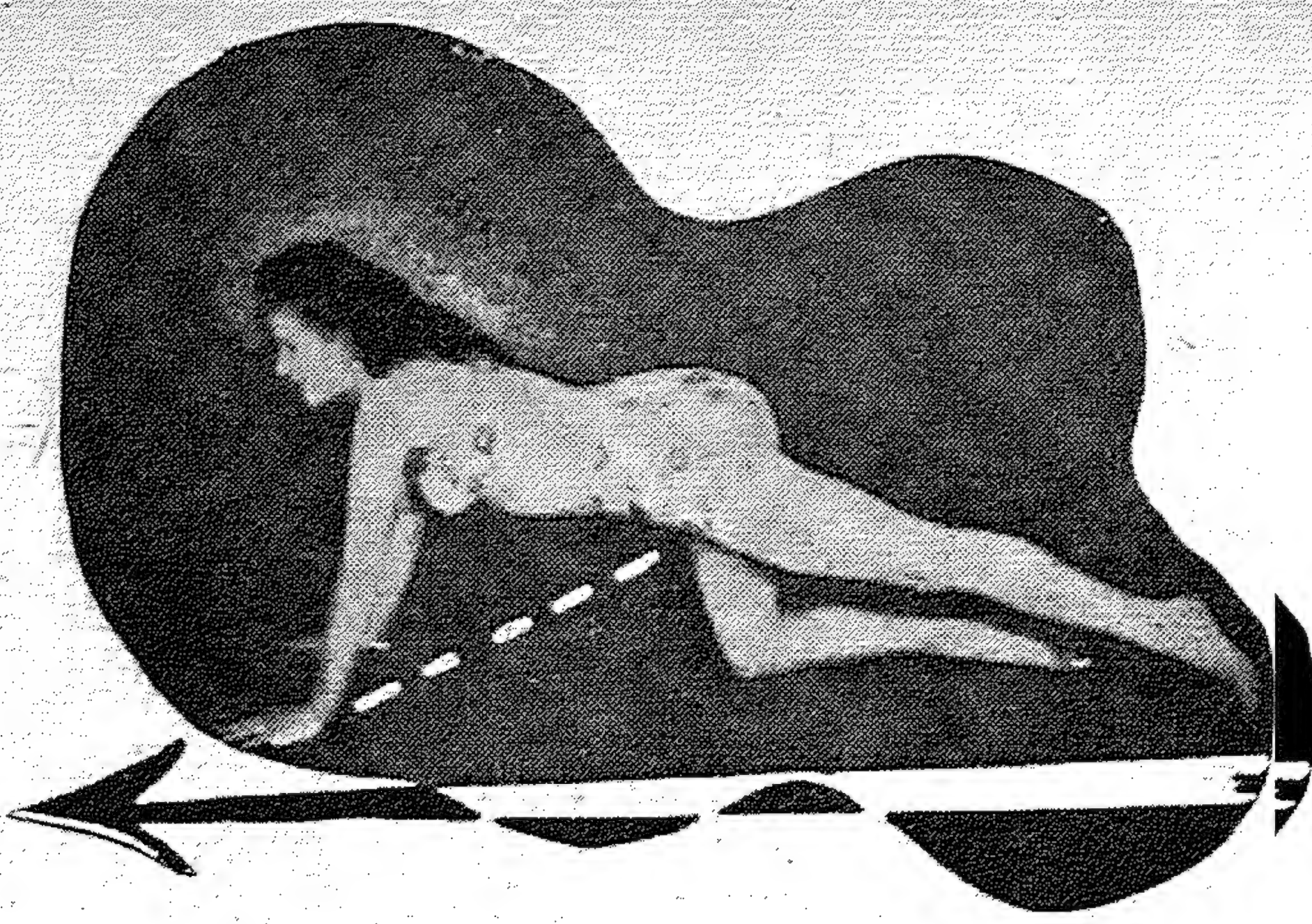
انى لم أعدك بالمعجزات .  
ولكن ان سرت على هذا  
البرنامج استطعت أن أضمن  
لك تغيرا محسوسا ابتداء  
من الشهر الرابع .

متصلب . ارفعى واخفضى  
أعلى الجسم دون ابراز  
الكليتين أعيدى هذه الحركة  
ما أمكنك ذلك .

ادى كلا من هذين  
التمرينين بين ١٠ وعشرين  
مرة حسب صعوبتهما . لا

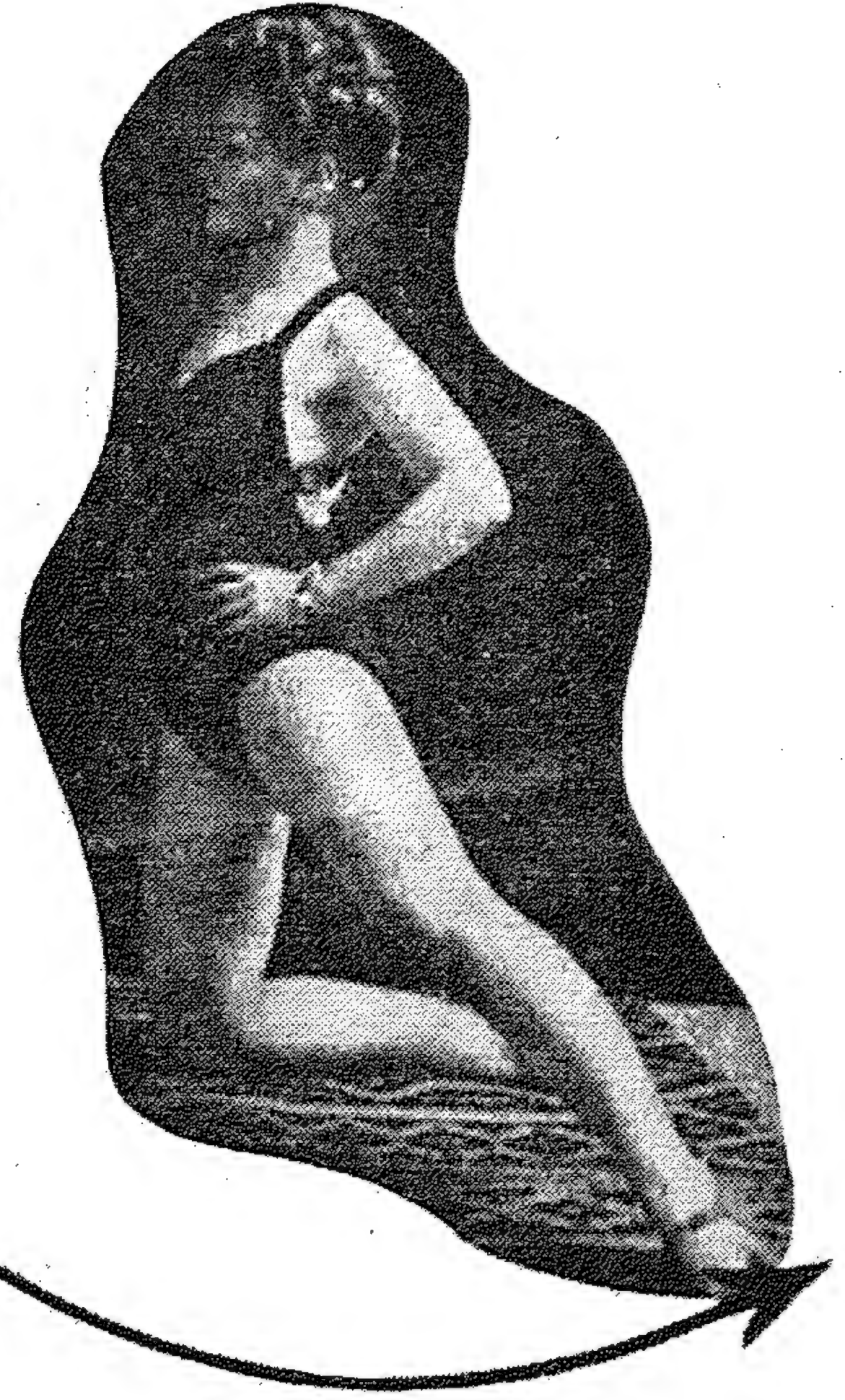


## اجعلي سيقانك جميلة



### التمرين الاول :

استندي على يديك وأمددي ذراعيك • اثني احدي ساقيك واجعلها تمر بين الذراعين بحيث تصبح ممدودة الى الامام • أعيدوها الى وضعها الاول • وقومي بنفس التمرين بالنسبة للساق الاخرى • احتفظي باعتدالك أثناء تأديتك لهذا التمرين • ولا ترفعي جسمك لتمرري ساقك امام جسمك •

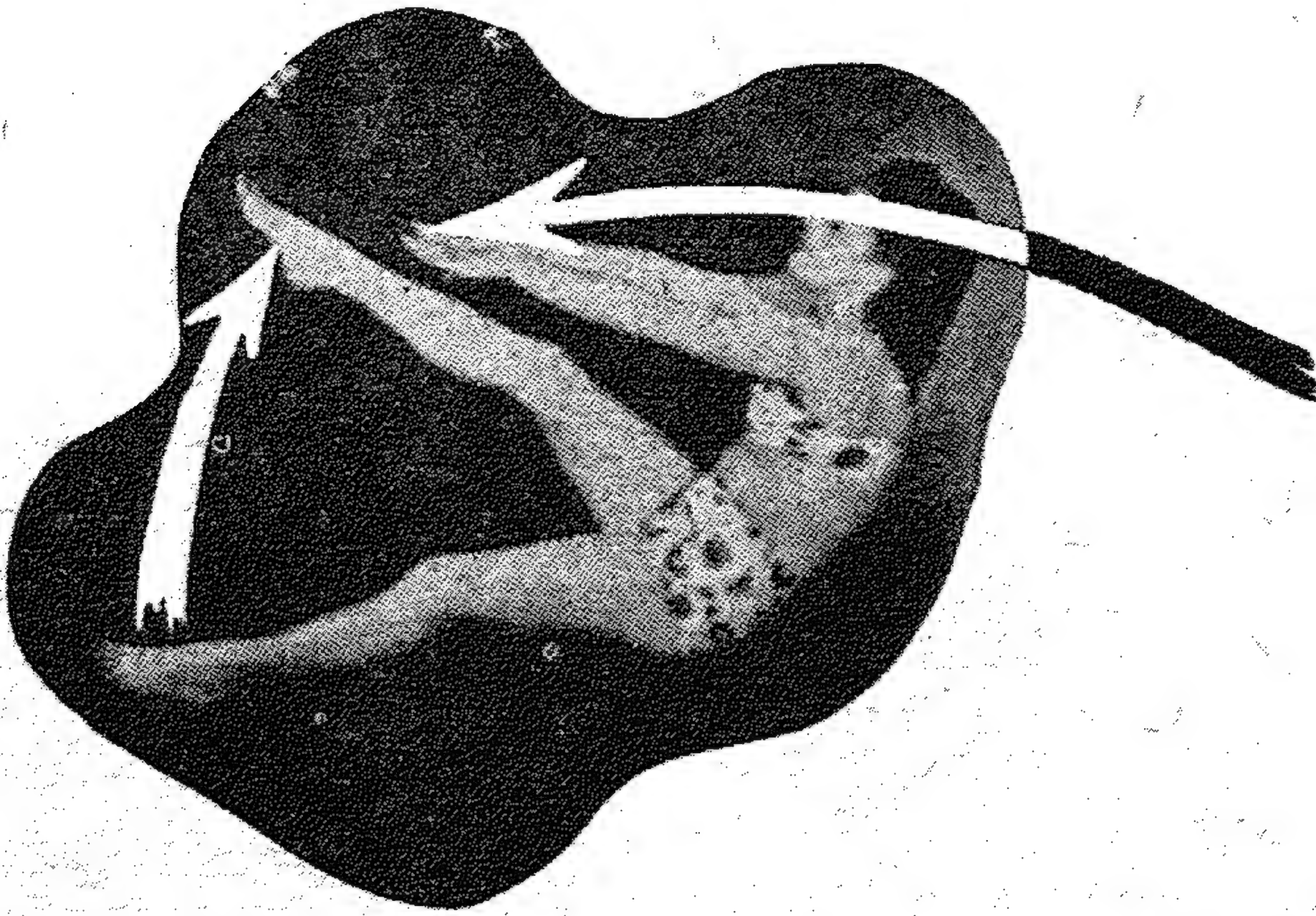


### التمرين الثاني :

اتكئي على ركبة وامددي الساق الى جانب • هات الساق الممدودة من الامام الى خلف دون أن تحركي الجذع • ان هذا التمرين يقتضي منك ألا تضعي ساقك على الارض وأن تمددي طرف القدم بقدر ما تستطيعين •

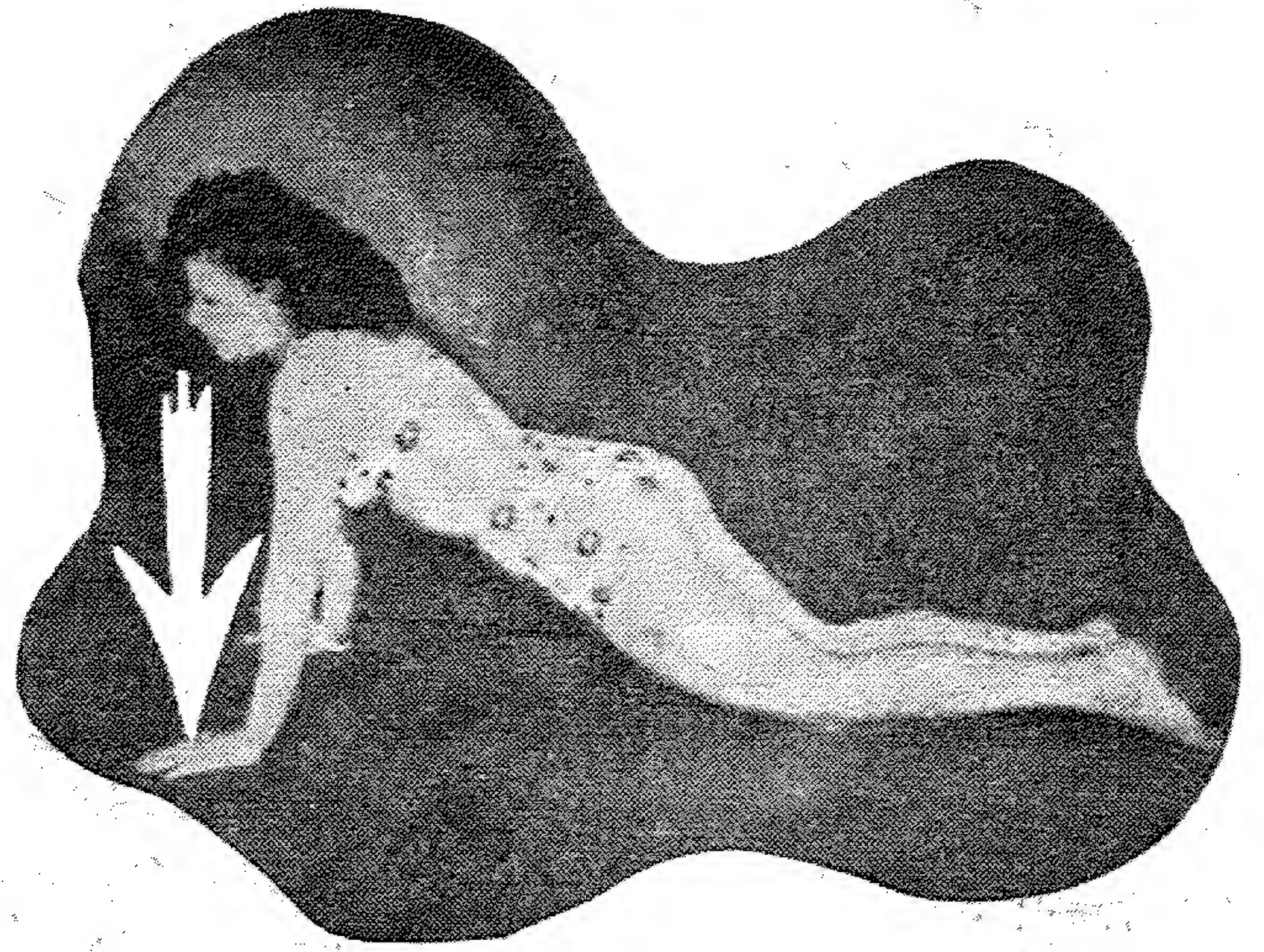
### التمرين الثالث

اتكئي على ركبة واحدة وامددي الساق الاخرى مع استنادك على المرفقين « الكوعين » ارفعي الساق الممدودة وخفضيها مع رفع الرأس وحفر الخصر بقدر الامكان • قومي بهذه الحركة بقوة • امددي الساق ما استطعت • لا تريحها على الارض •



### التمرين الخامس

استلقي على ظهرك وتمددي • ضعي ذراعيك خلف رأسك • ارفعي جذعك فجأة مع رفع أحد الساقين ومدّها للمس طرف القدم باليدين • وان كنت قوية حاولي رفع الساقين في نفس الوقت • أريحي الصدر بمجرد ما تلمسين القدم •



### التمرين الرابع :

اتكئي على يديك وركبتيك • اثني وامددي ذراعيك مع الاحتفاظ باعتدال الجسم من الرأس الى الركبة • وان كنت قوية اعملي الحركة وانت متكئة على اليدين والقدمين • احتفظي باعتدال جسمك • اثني ذراعيك ما أمكن •



# نعمة للبشرة الاولين بلاس

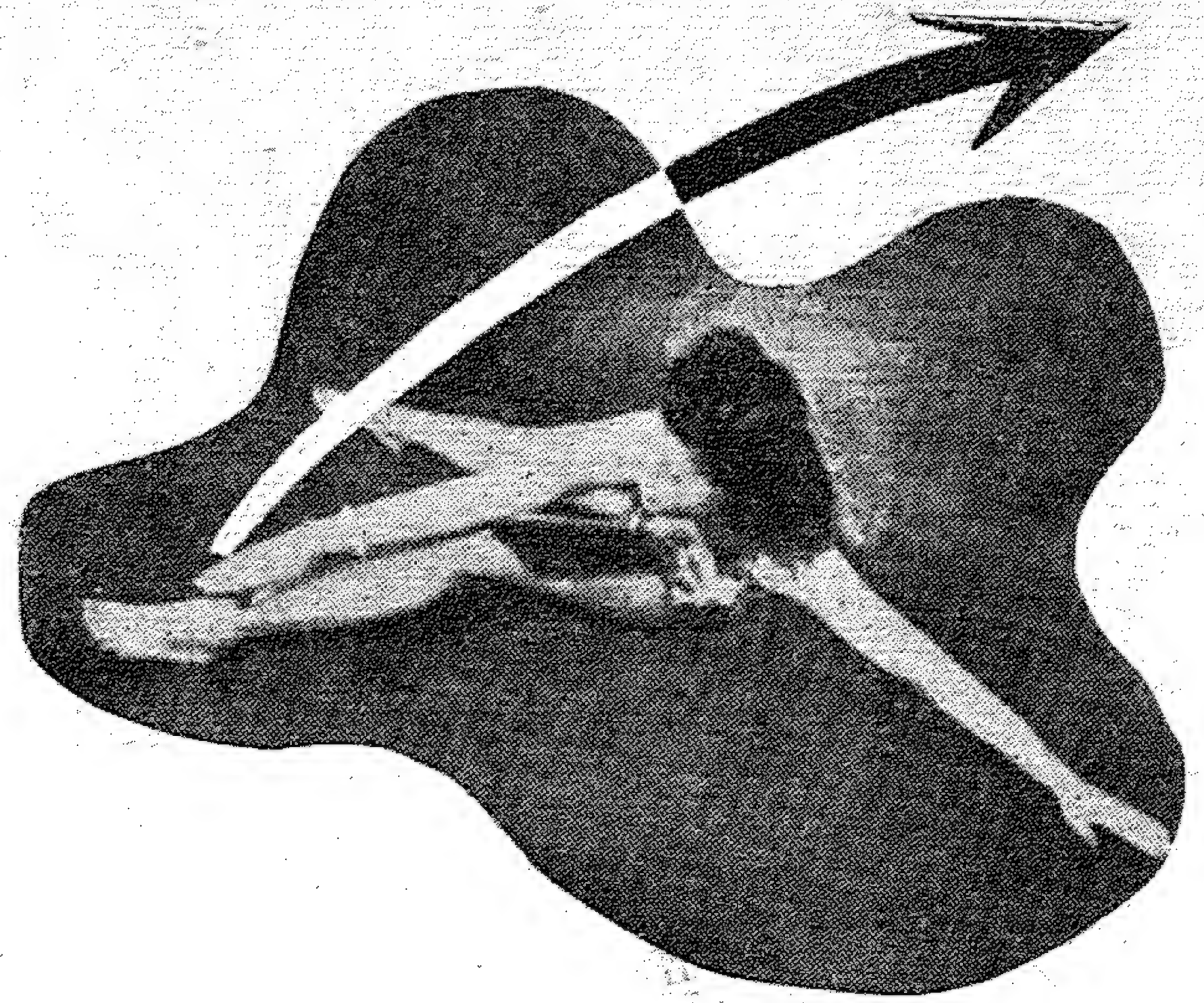


ليكويد	سائل للبشرة	٣٠ قرش
كليسبر	لتطهير الوجه	٤٠ قرش
هاندلوشن	للأيدي	٦٠ قرش
سامبو	لغسيل الشعر	٤٠ قرش
فوردى هير	لحفظ الشعر	٤٠ قرش



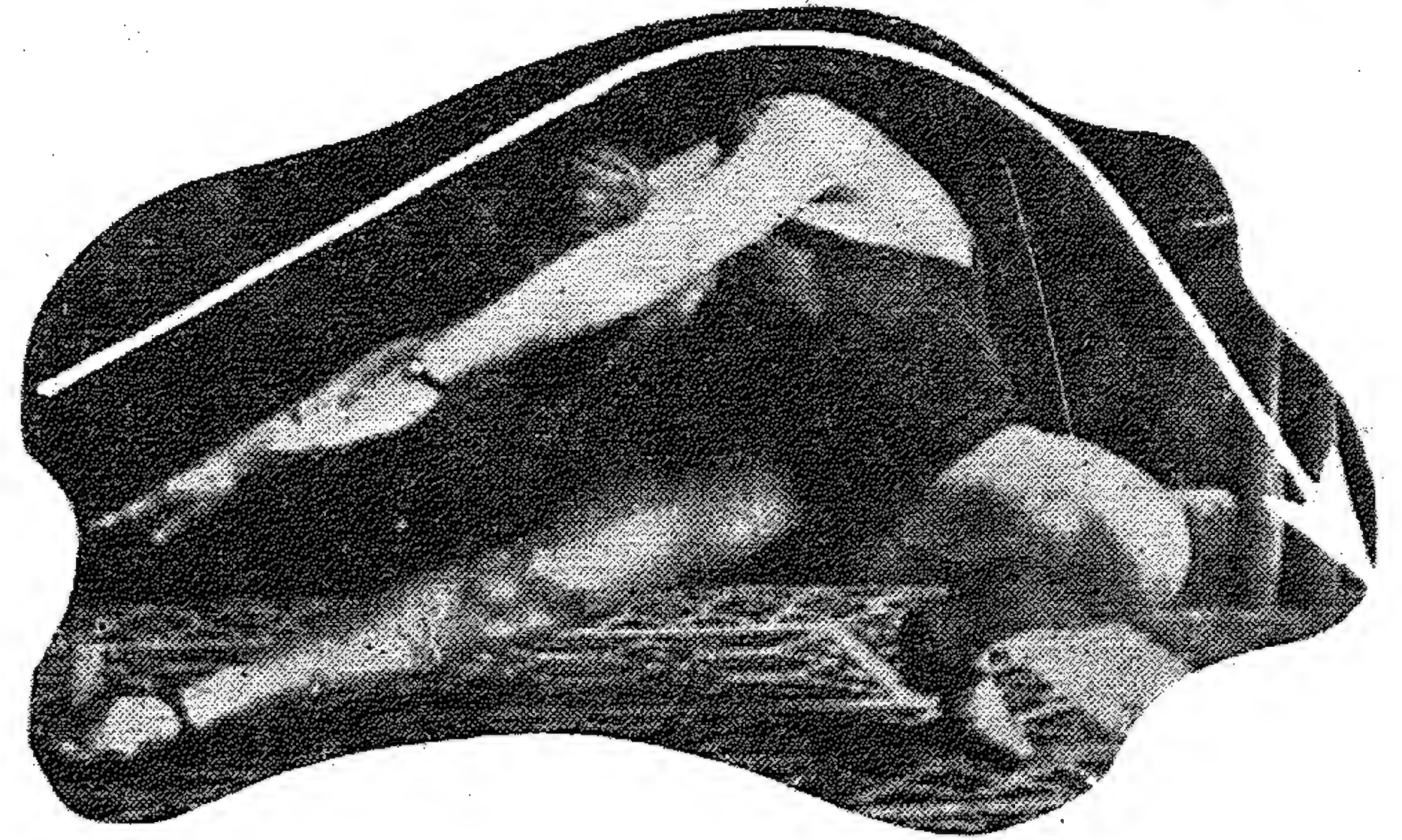
## راحة و حرية بفضل كوتكس

المنشفة الصحية للسيدة الحضرية



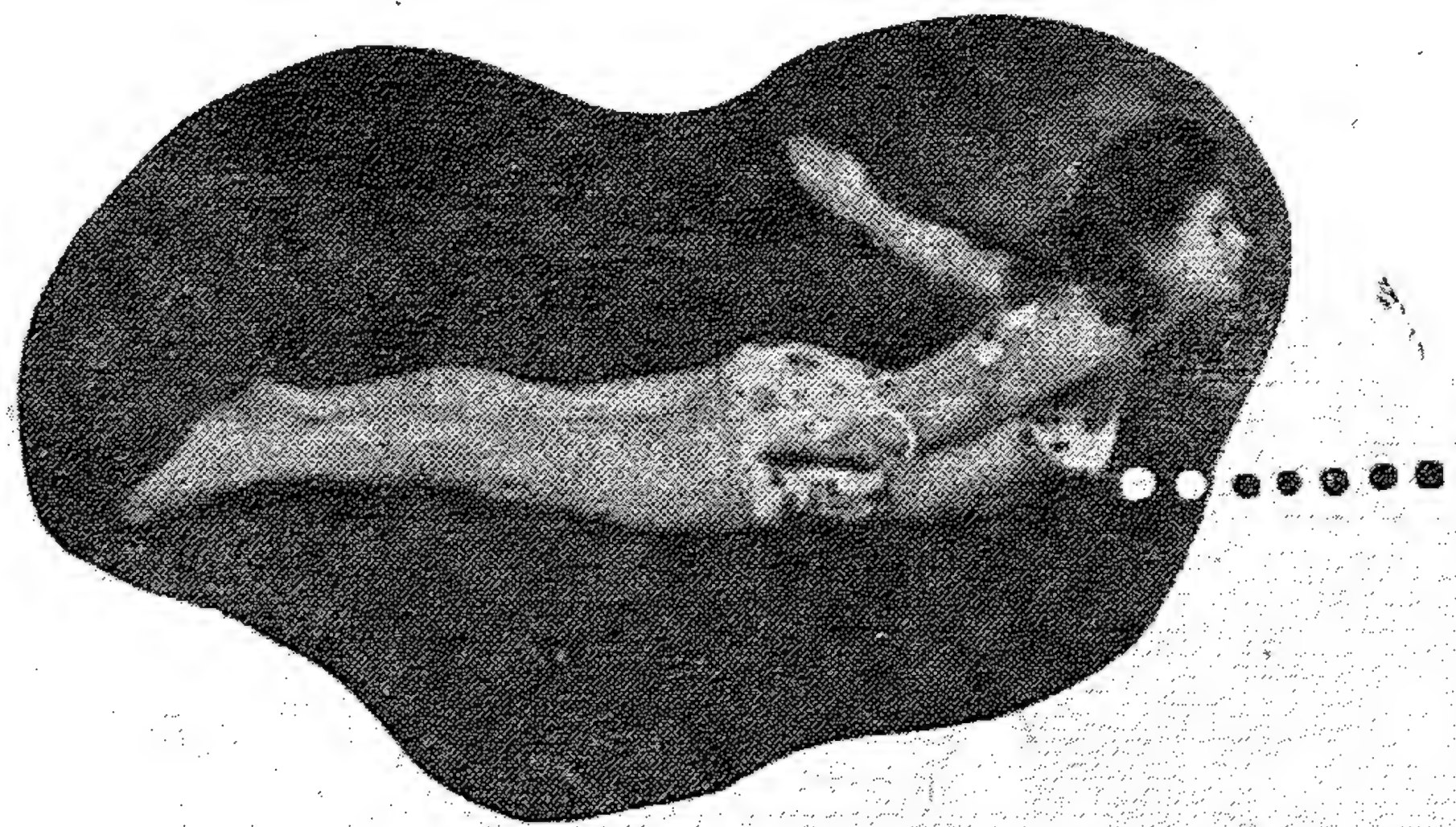
### التمرين السادس

افردى ساقيك وافتحى ذراعيك • ارفعى الجذع مع اتكائك على الارض بيدك اليسرى والى القدم اليسرى بيدك اليمنى • قومي بنفس الحركة من الجهة الاخرى • امددى ذراعيك وساقيك جيدا • حاولى أن تلمسى فى نفس الوقت ركبتيك برأسك •



### التمرين السابع

افتحى ساقيك جيدا • امددى احدى الركبتين الى الامام مع مد الساق الاخرى حيث تثنى الجذع عليها • عودى الى وضعك الاول • وقومى بالحركة نفسها من الناحية المقابلة • ولا تنسى أن تثنى الساق تماما •



### التمرين الثامن

استلقى على بطنك وامددى ذراعيك امام رأسك ، افردى الذراعين فجأة وارفعى جسمك ما أمكن • اميدى ذراعيك الى الامام مع اراحة الجذع • اتركى ساقيك منضميتين • القى رأسك الى خلف • ارفعى جسمك بقوة •



# فساتن حمام الشمس

الغرض اطوى الظهر وأمام الكورساج فى المنتصف وعلمى ما حول البناسات بخياطة مع ترك بوكلة عند كل غرزة • ابعدى بعد ذلك السمكين وقصى بوكلات الخيط من المنتصف • وهكذا تعلم الاجزاء علما هندسيا متساويا •

## التركيب

### الكورساج

اعمل البناسات فى امام وظهر الكورساج • اكويها وهى مفتوحة • اجمعى بعد ذلك الامام والخلف بخياطات الجوانب مع ترك فى أسفل الجانب الايسر فتحة تساوى ٣٠ سم تقريبا لتركبى فيها أعدى بعد ذلك الحمالات: اثنيهما على خط الشئ المبين السوستة • أعدى بعد ذلك الحمالات: اثنيهما على خط الشئ المبين والوجه على الوجه واقفل بخياطة على طول الجانب الكبير • اقلبى على

### ٤ - الجونية :

يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين على الباترون •

### ٥ - الاشارب :

يوضع اتجاه نسيج القماش كما هو مبين •

### التفصيل

ضعى أجزاء الباترون على القماش بالطريقة الموضحة بالرسم • يجب أن يكون القماش مفتوحا لعرضه كله • وعند القص زودى ثلاثة سنتيمترات للخياطات والاورليه والدخلات التى لم نعمل لها حسابا فى مقاييس الباترون •

### اعداد الشغل

حينما تكون جميع أجزاء الباترون مدبسة على القماش علمى ما حولها بخيط لونه مخالف للون القماش • علمى البناسات أيضا : ولهذا الغرض اطوى الظهر أمام الكورساج فى المنتصف وعلمى ما حول البناسات أيضا : ولهذا



مطبوعة بحبات صغيرة •

### الباترون

يتكون باترون هذا الثوب من خمسة أجزاء •

### ١ - كورساج الامام :

يوضع عكس اتجاه نسيج القماش فى منتصف الامام كما هو مبين على الباترون •

### ٢ - كورساج الظهر :

يوضع عكس اتجاه نسيج القماش فى منتصف الظهر، كما هو مبين على الباترون •

### ٣ - الحمالة :

توضع مرتين على القماش اتجاه نسيج القماش كما هو مبين •

تقدم لنا الموضة هذا الصيف أقمشة مطبوعة مختلفة الاشكال والالوان • وان الفستان الذى تقدمه لك على هذه الصفحة يمتاز بكورساج مزود بحمالات عريضة تكون ديكولتيه مربعا • الجونية مكشكشة على الردفين • وتضع صاحبه على كتفها هذا الايتول العريض المصنوع من نفس قماش الفستان •

ويمكن من نفس الموديل عمل ثوب للكوكتيل مصنوع من ساتان القطن المطبوع أو من قماش بروشيه الحرير • ويمكن عمله أيضا من اليوبلين بأرضية بيضاء

## كوبون باترون بنت النيل

قسمى هذا الكوبون الى دار بنت النيل ٤٨ شارع قصر النيل بالقاهرة فى المدة من يوم ٥ الى ١٠ من هذا الشهر • • تحصل على هذا الباترون •

**ملحوظة :** اذا أردت أن نرسله لك بالبريد المسجل • • ردى الينا هذا الكوبون مصحوبا بطوابع بريد قيمتها خمسة قروش مع ذكر الاسم والعنوان بخط واضح • واكتبى على الظرف قسم البترونات وكل طلب يرد بعد الميعاد يهمل •



天

أغرزى حول الديكولتية  
ثم اسلتى الوربة على الظهر  
مع الطوى تماما على الخياطة .  
وسوف تثبت هذه الـوربة  
بغرزة طويلة مناسبة دون  
الخياطة على الوجه . وان  
طرف الحملات تكون بهذه  
الطريقة بين سمكى القماش .  
اعملى للفتحة التى فى الجهة  
اليسرى دخلة مخاطة على بعد  
نصف سم من الثنية .  
وخيطى السوستة باليد .  
على أن تكون حلقتها فى  
أعلى .

## الجونية :

• اقفلى الجونية بخياطة .  
ثم مررى من أعلى على بعد  
سم واحد من الطرف  
فرانجتين بين الواحدة  
والاخرى نصف سم .

ضيقي الفرانجات أو  
الكشكشات بحيث تحصلين  
على عرض أسفل الكورساج  
وثبتتها \* ضمي عندئذ  
الكورساج الى الجونيصة  
بخطاطة معمولة على القفا ،  
على الفرانجة الاولى بحيث  
تظل الفرانجة الثانية ظاهرة \*

خياطة الجونيلة توضع  
في منتصف الظهر •

دوری الفستان واکمليه  
یاورليه •

## الایشارب

الايشارب ينتهى بأورليه  
 حوله . ويمكن خياطة هذه  
 الاورليه بماكينه الخياطة أو  
 باليد حسب رغبتك .

الوجه واكوى • ضعى كل  
حمالة الطرف على الطرف  
والوجه على وجه الكورساج  
فى المكان المطلوب وسرجى •  
اعمل هذا الشغل للامام  
وللظهر • ثم سرجى عند

إذا غسلت ملابسك الرقيقة  
في رغوة لوكس الناعمة. فإنها  
تحتفظ بروقتها المجدد لمدة  
طويلة ...  
لوكس يعطي رغوة وفيرة في  
الماء البارد بمنتهى السرعة

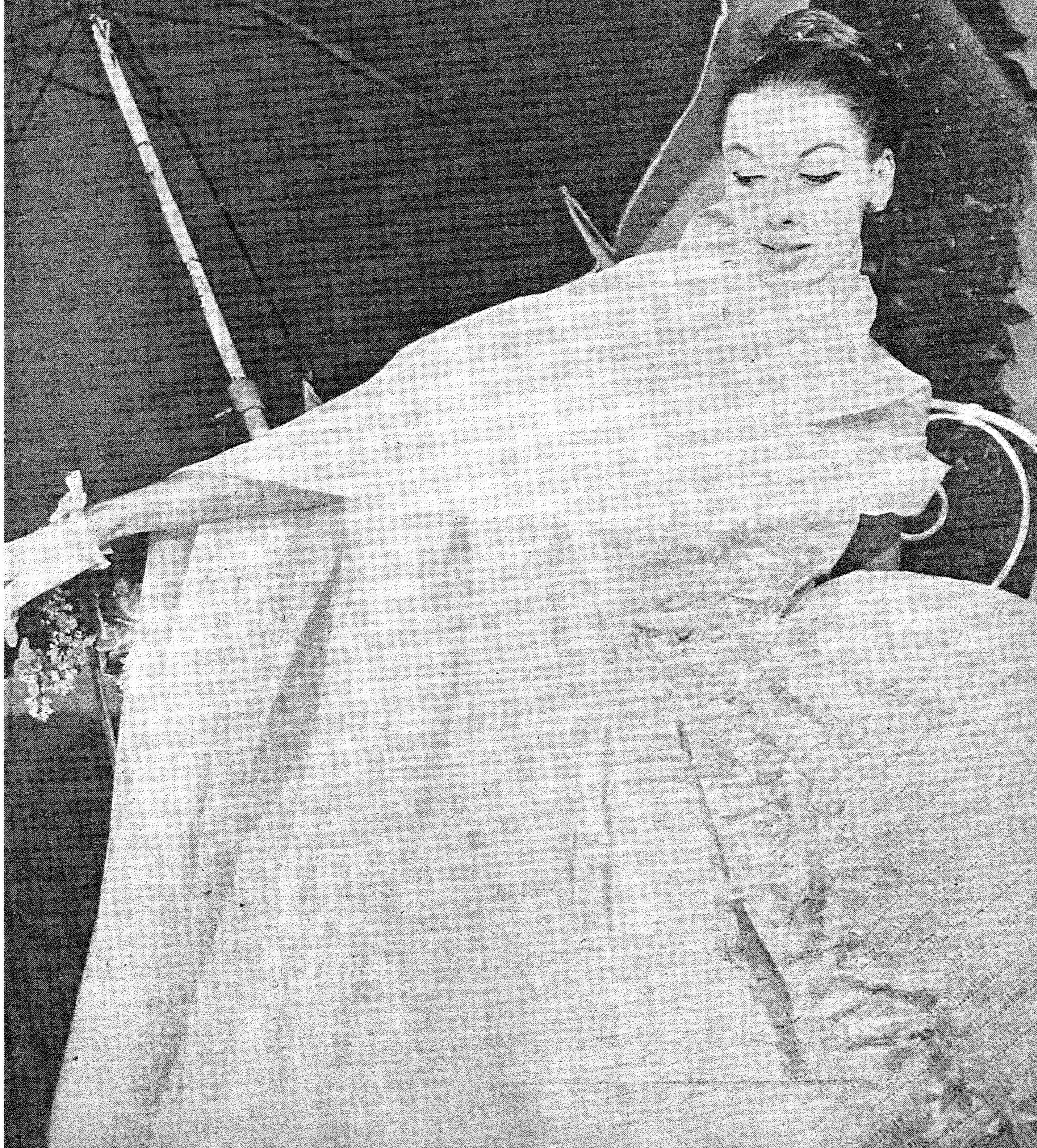


# LUX

إذا كنت تأمنين على ما يسبك في الماء كذلك في غوة لو كبرت



# مبتکاران فصل الصيف





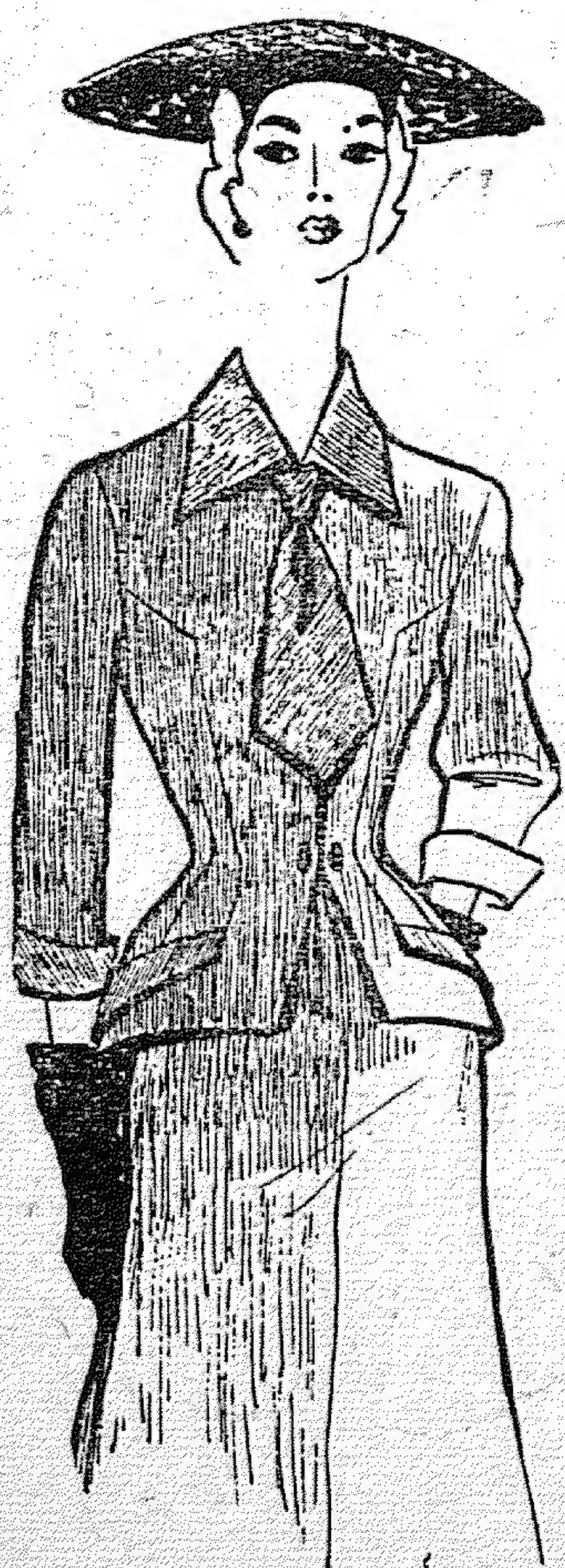
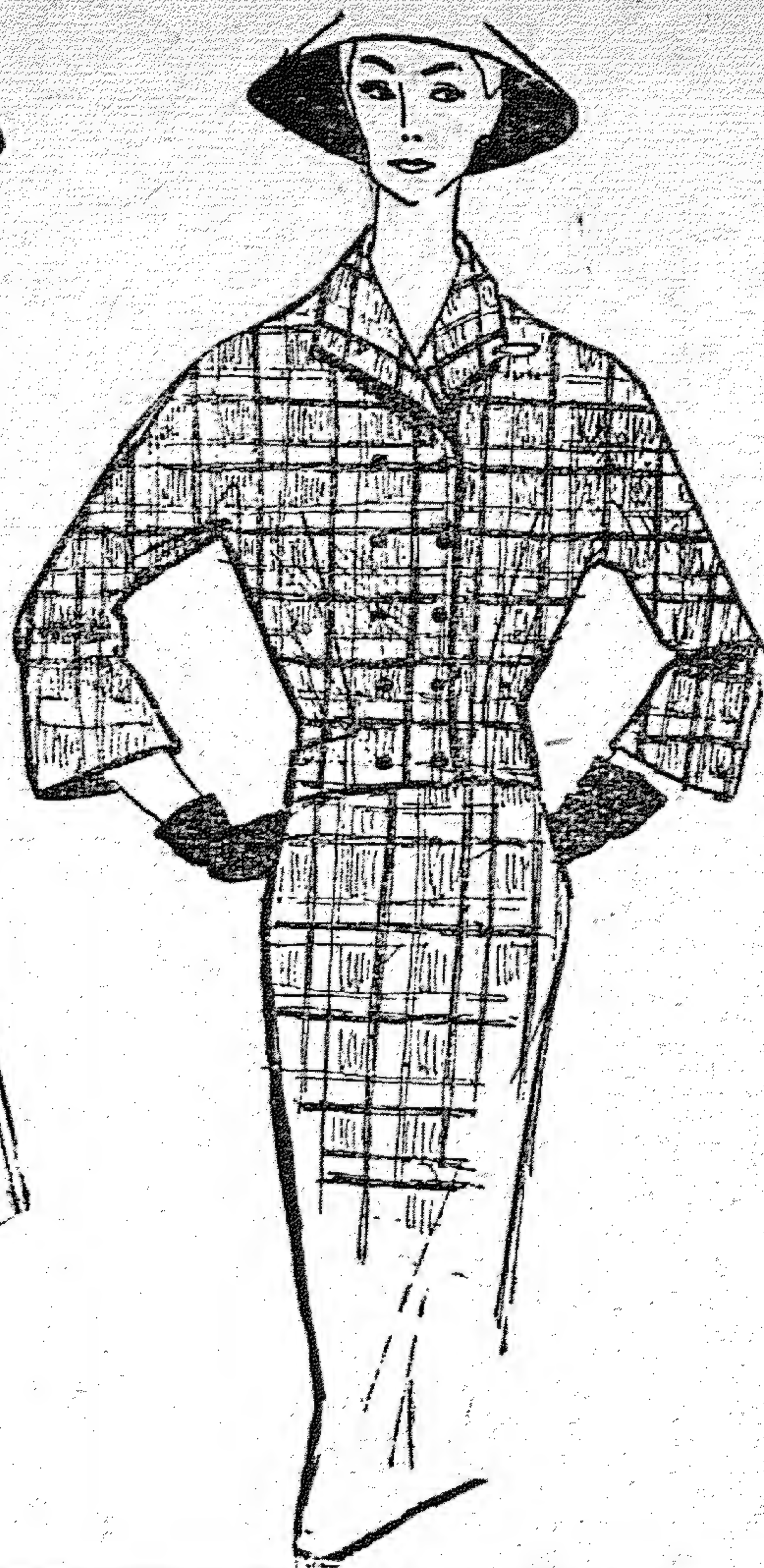
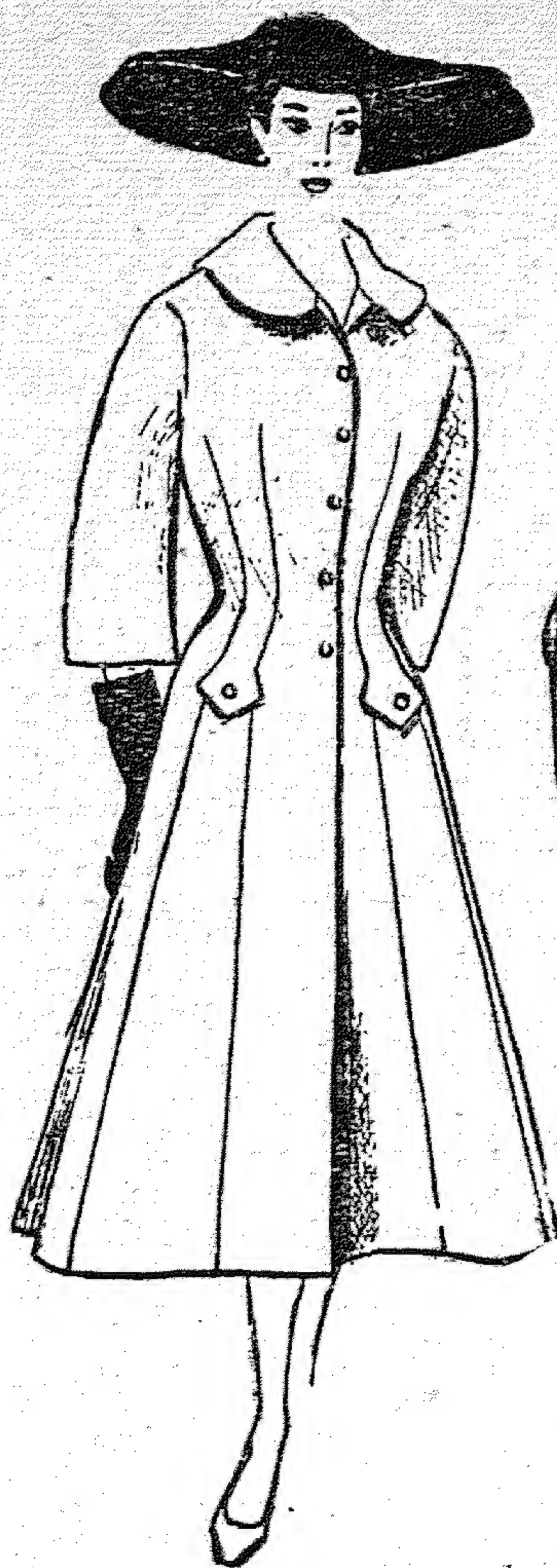
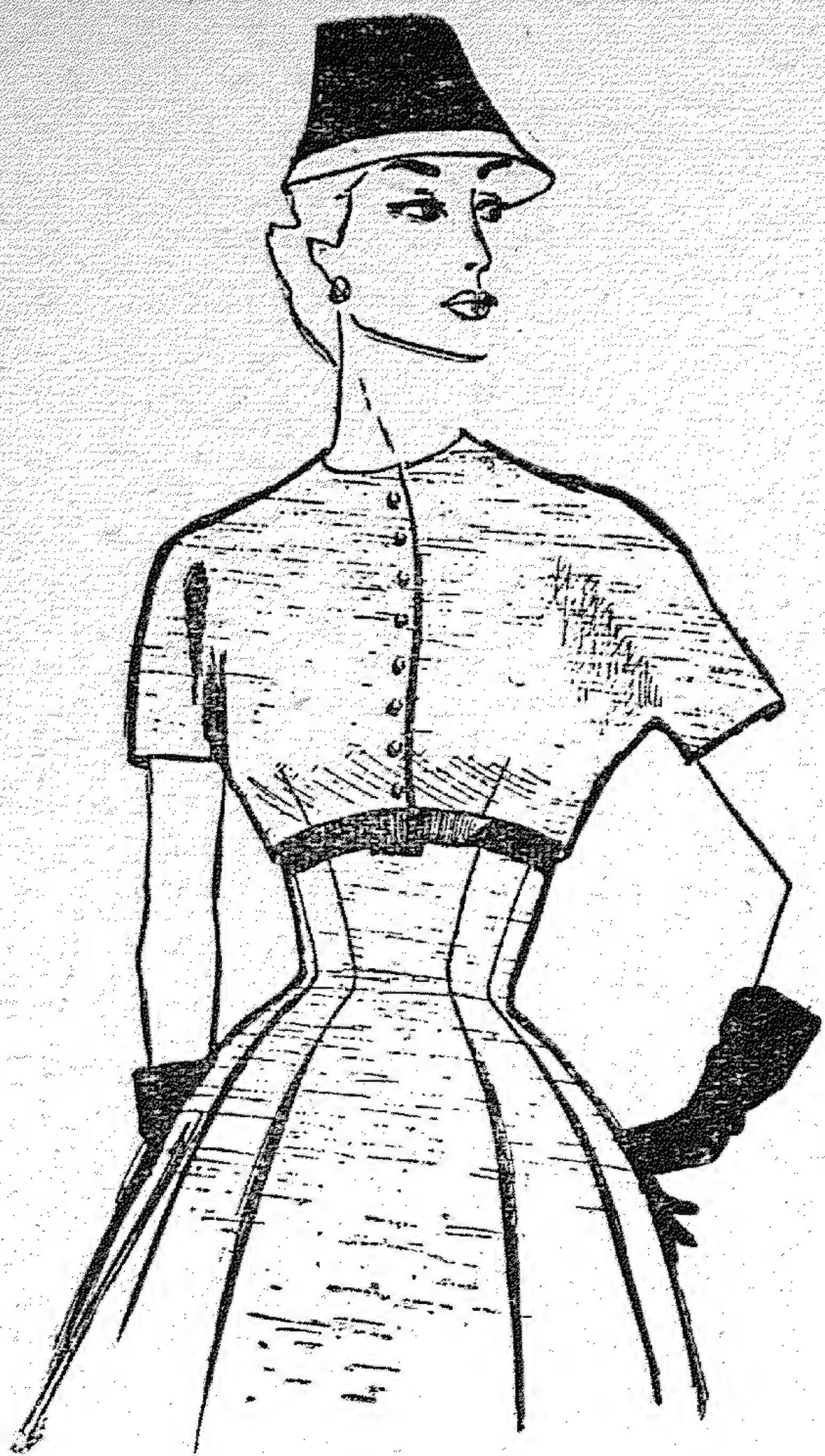
آخر  
مبتكرات  
هذه  
الموسم



ازياء  
لكل  
المناسبات  
اخترى  
منها  
ما  
يحلو  
لك













# قمّاش الموسلين الخفيف



الى اليمين : يمتاز هذا الثوب  
بديكولتيه باتو وهو مصنوع  
من قمّاش الموسلين الكحل .  
ويلاحظ ان الجونيلة بليسيه  
وتنتفح من اسفلها وكأنها كاس  
وردة يانعة . والى اليسار  
يقدم جاك جريف ثوبا من  
قمّاش السوبر لورجانزا الكحل  
الخصر مرتفع او يبدو وكأنه  
مرتفع . ويحل الثوب زهرة  
وشريطان من الساتان الجونيلة  
محلاة بوبرة تظهر الاورليه







# بعد الظهر وسهرات المساء

جاء جريف







الصفحة اليمنى : ثوب للسهرة لجالك جريف • الكورساج بديكولتيه وحمايتين • الخصر ضيق والجونيلة عريضة • الصفحة اليسرى : الثوب الى اليمين من ابتكار صانع الازياء المعروف ريفيون • انه من قماش الجباز المطبوع بالاصفر • الكورساج مكشكش تحت قصة • الجونيلة واسعة جدا ولها ثنيات عريضة • اما الثوب الاخر فهو من ابتكار جالك جريف ويمتاز بجزع طويل • وقماشه من التافته المطبوع • الجونيلة مكشكشة على الردفين • الياقة مقلودة على منبت المنق • الاكمام قصيرة جدا



# البليسيه والدرابيه للصيف

مادلين دي روش



ان هذا الثوب المكون من بلوزون ديكولتيه حتى مبدا العنق مصنوع من الحرير الفليظ المصروف باسم شهرزاد • الجونيلة بليسيه • الحزام من الجروجران • اما نينا ريتشي فتقدم لنا هذا الثوب المصنوع من قماش السوراه الطينوع • الجونيلة درابيه وصيقة بعض الشيء •













## رانيه اورجانيه



اختر بالنسيجا لهذا الثوب  
الرائع دانتيل مطرزة ودرايسه  
ومكشكشة على ثوب ذي كورساج  
مرفوع الى الكتفين بشرائط من  
الساتان الاسود . ويمتاز ثوب  
بيير بالمان بأنه محل بتطريز ناعم .  
وان انتقلنا الى كورساج ثوب هوبير  
دي جيفنشي وجدنا انه مصنوع من  
الاورجاني المطرز وله حمالتان  
مزدوجتان .







# الاقمشة لشجرة

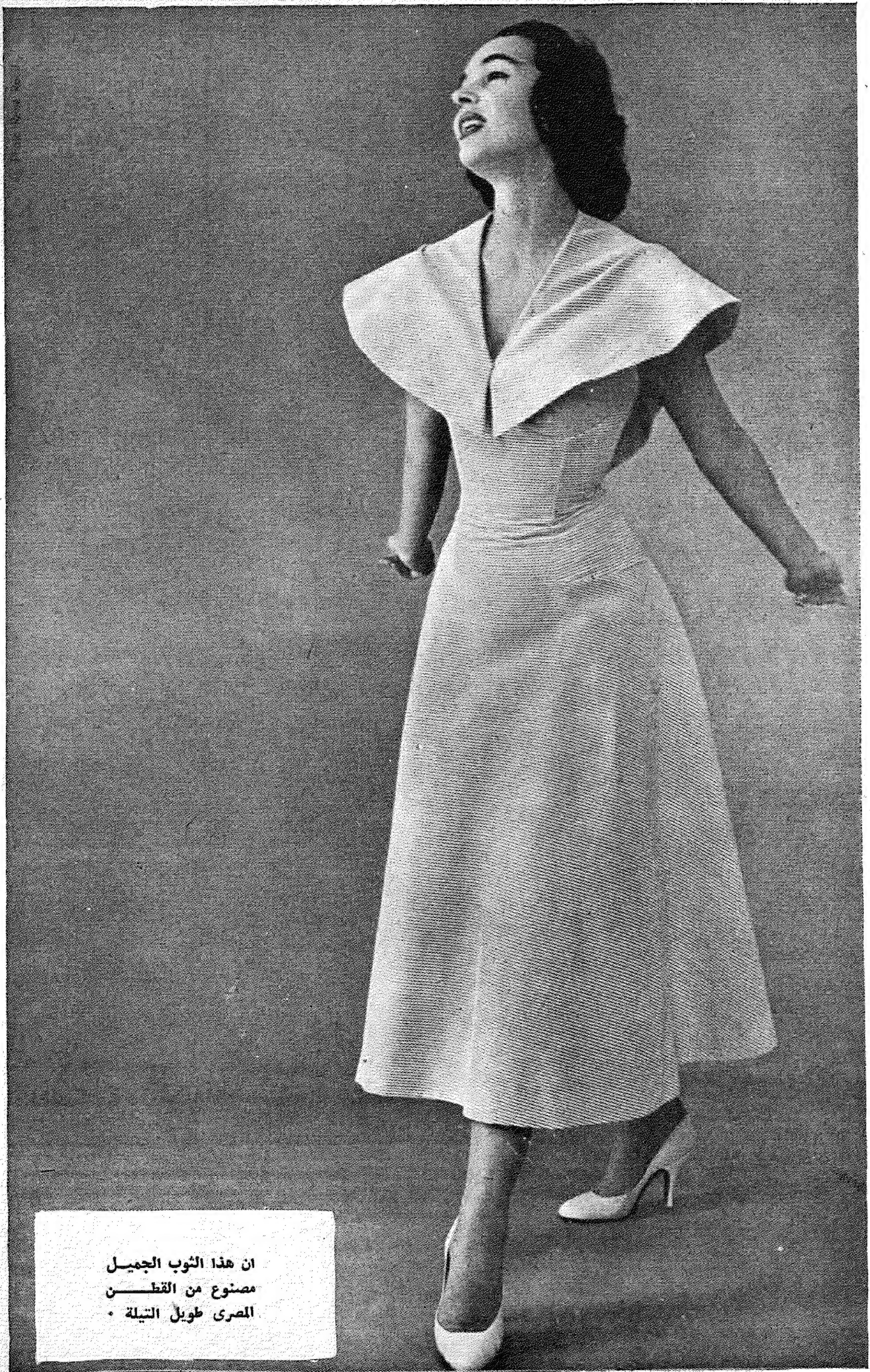


جاكولين جودار

نينا ريتشي

يمتاز الثوب الذي صنمته نينا ريتشي بأن له ياقة بلرلين درابيسه  
لتزيد من حجم كورساج الثوب الضيق من قماش الشاتونج المطبوع.  
الديكولتيه على هيئة زاوية عند الظهر • وتقدم جاكولين جودار ثوب  
برانسيس من الساتان المطبوع ودرابيه على الكتفين ومزود من الامام •  
الجيوب بالورب





ان هذا الثوب الجميل  
مصنوع من القطن  
المصري طويل التيلة •



جودتها ستر نجاحها



٧ ١/٢ قدم  
مكعب



ايدىال

تخفيض من شلاجتها الكهربائية الى

١٢٠  
جنيها  
نقداً

شروط صريحة للتقسيط ٩ جنيهات دفعة أولى  
وه جنيهات شهرية لمدة ٢٥ شهراً

مضمونة ٥ سنوات  
تسلم بفعل ومفتاحين بدون مقابل  
مصنوعة بترخيص من شركة بوش ومجهزة بمحرك بوش

جودتها  
ستر  
نجاحها

ايدىال

الشلاجة  
الكهربائية

في متنا  
الجمي

القاهرة ٢٨١ ش عدلى - ٨ ش ٢٦ يوليو - ١٦ ش محمد الدين - ٢٢ ش شبرا - ١٧ ش ابراهيم اللقاني بصر الجديرة  
الاسكندرية ٥٩١ ش سعد زعاقول - ٣ ش محطة مصر - ٣٢ ش شريف - ٥٢ ش صفيه زعاقول  
بورسعيد - السويس - الاسماعيلية - طنطا - دمنهور - الزقازيق - بلقاس - المنصورة - المنيا - اسيوط





استرعى هذا الطقم الأنظار في حفلات عرض أزياء الشاطئ .  
انه من قطعتين ومن قماش القطن المطبوع طويل التيلة .



طقم مكون من قطعتين للشاطئ، والنزهات البحرية • البول أوفر  
من التريكو الخفيف • أما البنطاون فضيق وهو من النيل الكحلي •

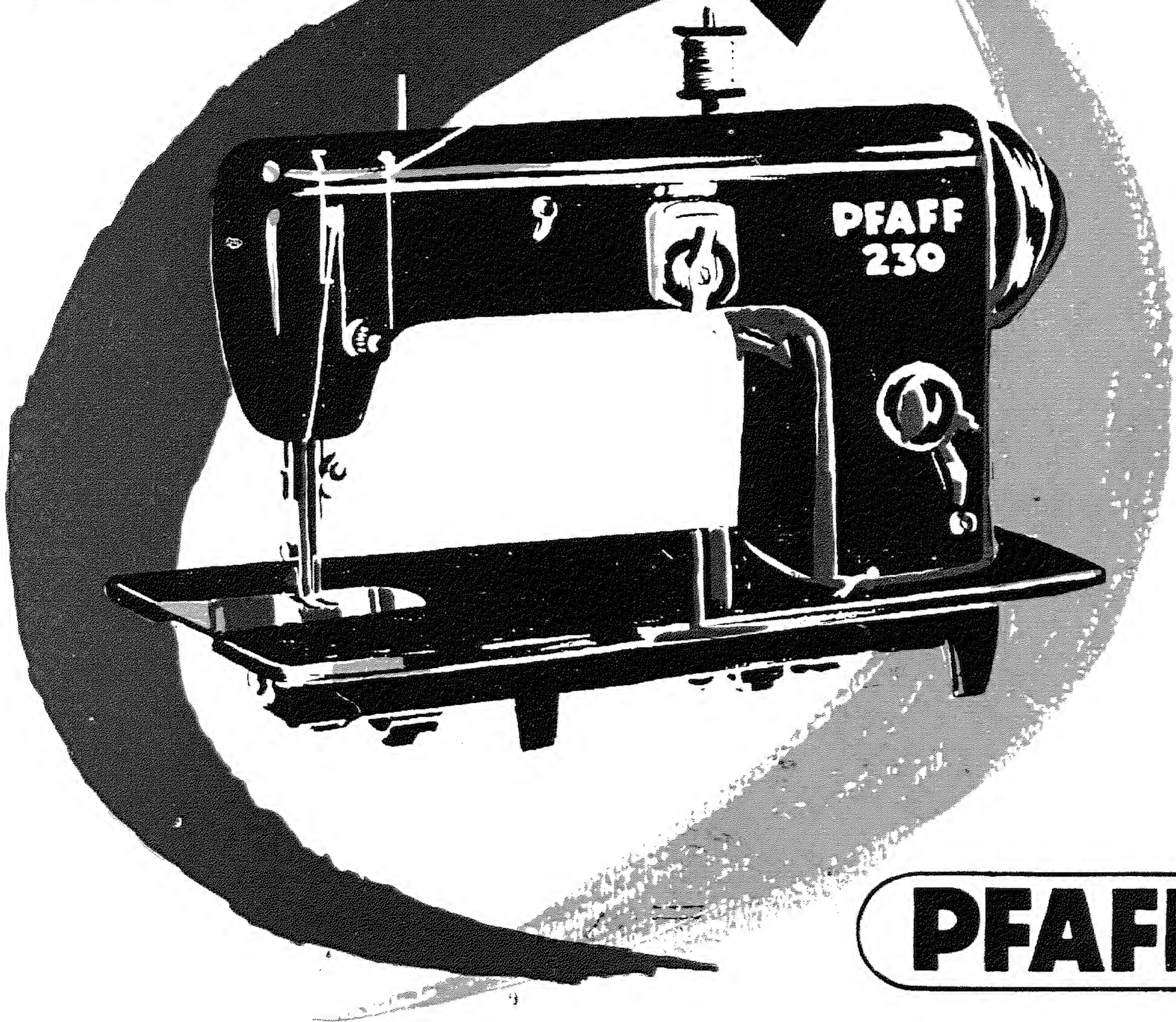






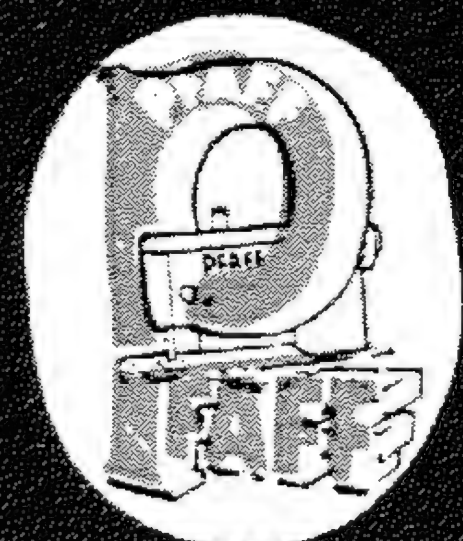
توفر الوقت  
والتكاليف

# ماكينة الخياطة فافت



**PFAFF**

الوكلاء الوحيدون :  
ق.م.م. سلقاجو وشركاه  
٩ شارع توفيق - القاهرة  
٢٦ شارع سيدى متولى - الاسكندرية ١٠ : ١٩



بور سعيد : ناصية شارعى دجلة والجيش



منے مہکرائے  
جانے دیسیہ







هذا الثوب الرائع من صنع  
كريستيان ديور - انه لسهرات  
الصيف

نائب للسهرات...



# من البرودريه...



وهذا ثوب آخر من ابتكار  
كريستيان ديور. انه من قماش  
البرودريه



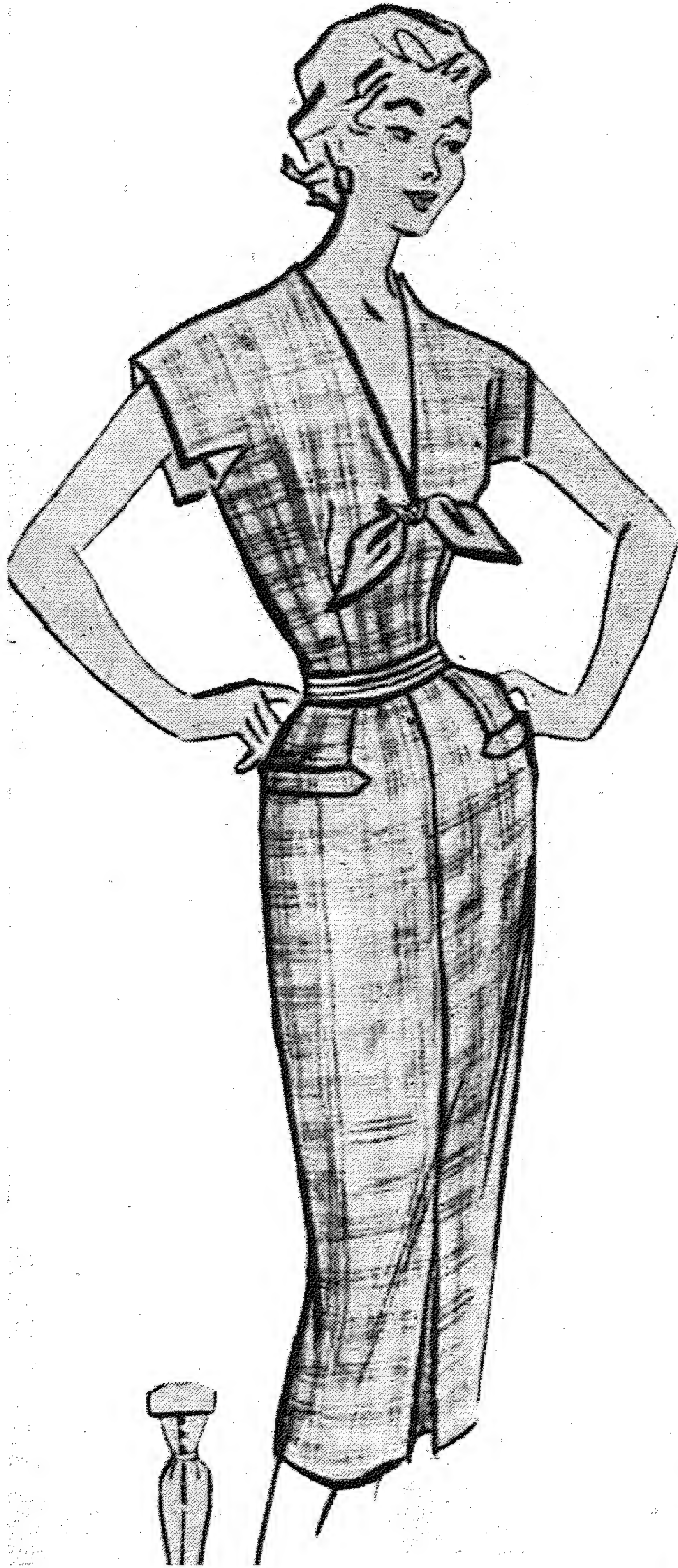


ما رأيك في هذه الفساتين  
البسيطة ؟ لقد صممت لكى  
ترتدى لكل يوم • اختارى  
لها قماشا قطنيا مطبوعا أو  
سادة • ان تفصيلها لا يحتاج  
منك الى كثير عناء • لاحظى  
أن الثوب الثالث يصلح لان  
يرتدى على البلاج أو فى  
طريقك اليه • ويمكنك أن  
تصنعى له بوليرو صغيرا  
لتغطى به ذراعيك وكتفيك •  
أما الفستانان الاخران فهما  
يرتديان فى المدينة صباحا •  
ويجوز ارتداؤهما لبعـد  
الظهر حتى غروب الشمس

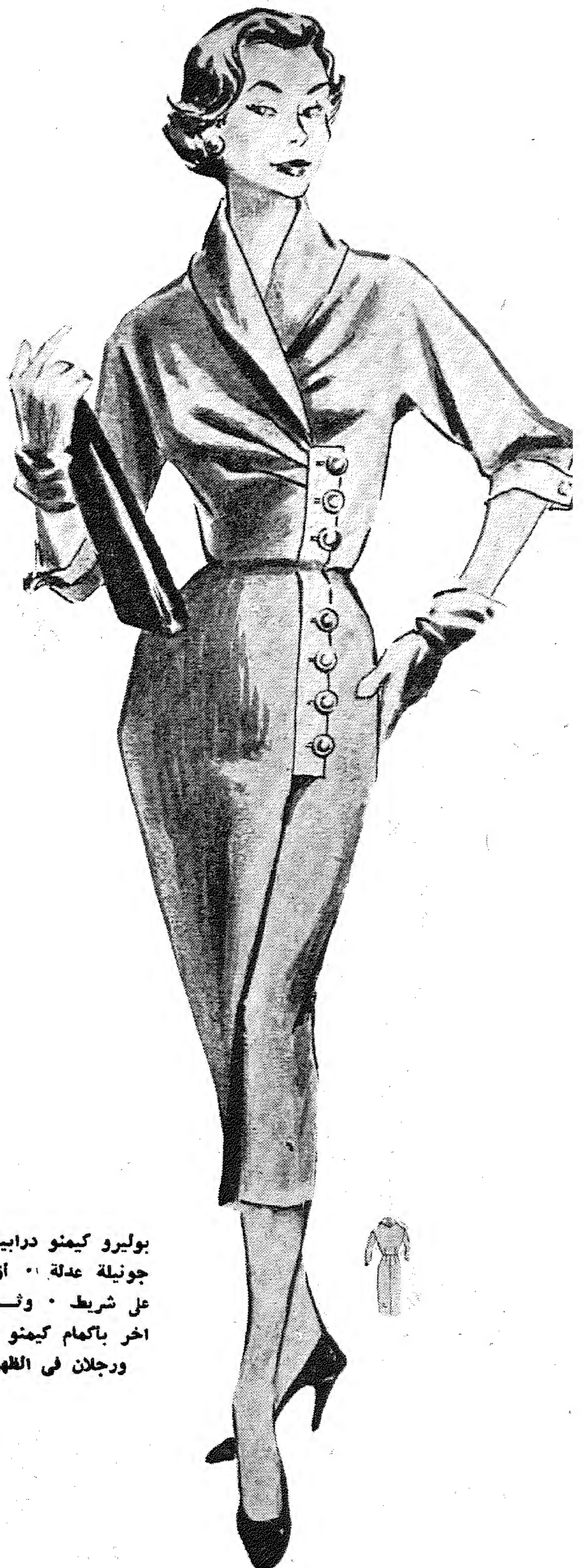
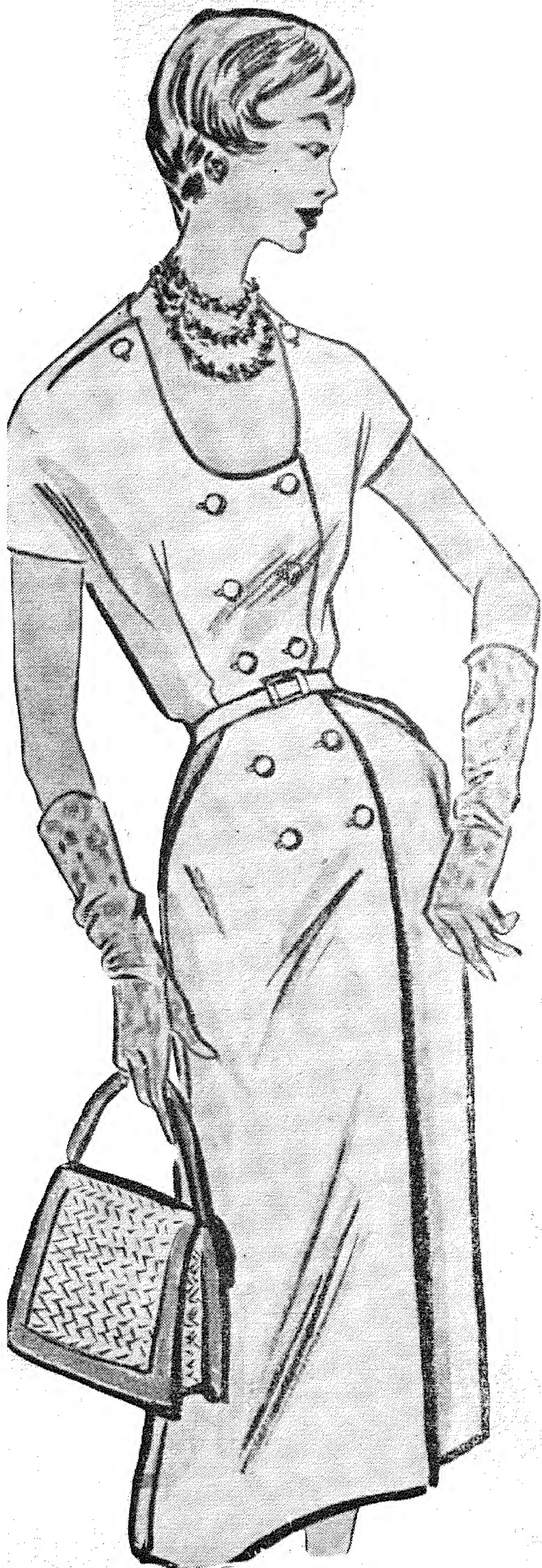




وهذه القسيتين - الأربعة من  
ابتكار جان لافوري • أولهما  
للبلّاج وثانيهما بكورساج  
ضيّق وثالثهما بأكمام ثلاثة  
أرباع ورابعهما مصنوع من  
قماش ذي مربعات







بوليرو كيمنو درابيه •  
جونيعة عدلة •• ازرار  
على شريط • وثوب  
اخر باكمام كيمنو امام  
ورجلان في الظهر







ثوب شيميزيه مزرد  
من الامام • بلاسترون  
مطعم • الثوب الثانى  
بكورساج ضيق  
جيوب مودوبه

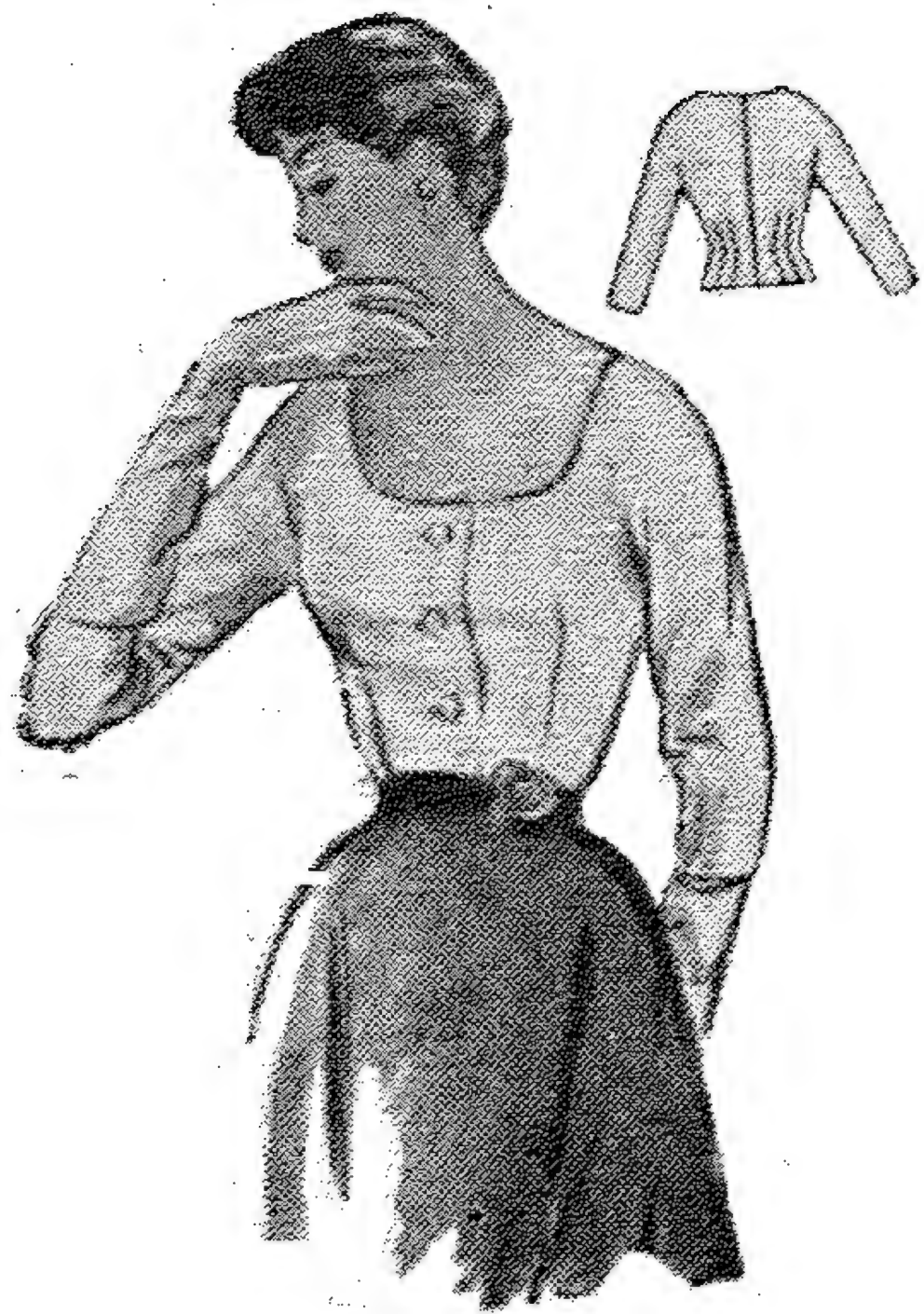


# لاصباح...

كورسليه مقوى بالباليين  
سينسر مزور من الامام  
جونيله بليسليه







كورساج كيمنو • جونيلا  
 بيانوهات مستديرة  
 كورساج كيمنو مزور  
 من الامام •• سويتر  
 باكام كيمنو • جونيلا  
 عسيلة









## التواليت لفصل الصيف

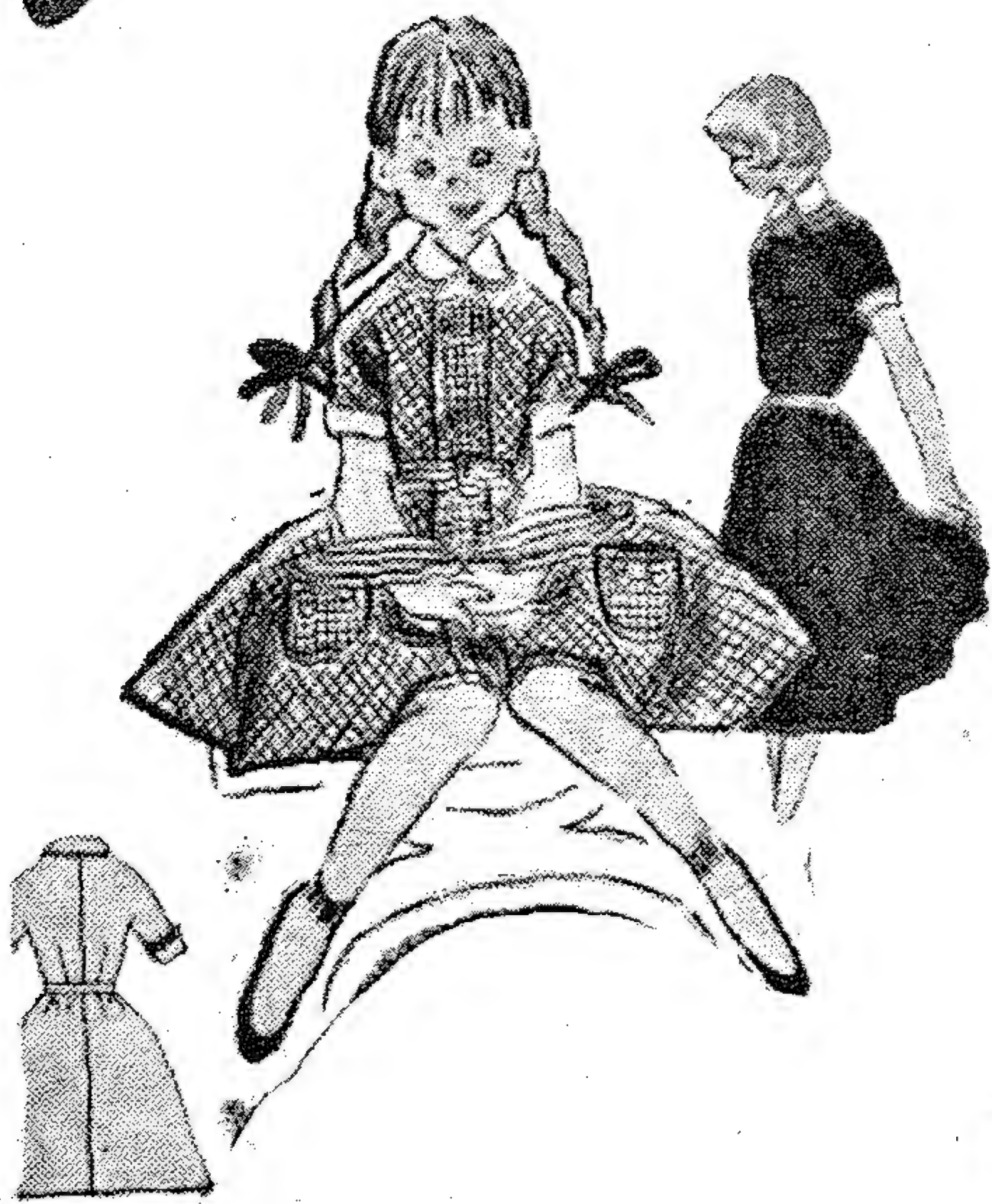


الى اليمين : ثوب للسهرة  
من ابتكار جاك فات مصنوع  
من القاي المطبوع بزهور  
كبيرة الحجم . أما الثوب  
الذي في أعلى هذه الصفحة  
فهو من قماش التفتاه .  
الارضية حمراء غامقة مطعمة  
بحبات بيضاء . ويقدم  
شائيل في أسفل الصفحة  
ثوب تواليت اختار له قماش  
الدانتيل الوردي الباهت .  
وضيق كورساجه وعرض  
جونيته



# الأطفال في الصيف

هذه مجموعة جميلة لستة فساتين • انها لبنات في سن الرابعة والسادسة والثامنة والعاشر والثانية عشرة والرابعة عشرة • اختاري أقمشتهن من الأقمشة ذات الألوان الزاهية ومن الأقمشة التي لا تنكمش من الغسيل



اعمل حساب العمام  
القادم • اتركي احتياطيا  
لتطويل الثوب وتعريضه





هذا الثوب الرائع  
من تصميم  
كريستيان ديور .  
لقد صنعه من قماش  
«الجاز» المبطن  
بالحرير . أما  
المعطف فهو من  
قماش سميك بعض  
الشيء ومطرز بزهور  
تناسب فصل  
الصيف





# فيليبس اوريديت

دراوكل منزل سعيد نظيف

منتجات فيليبس

## دوفار

على أساس مادة اللندرين الحديثة  
لإبادة الحشرات المنزلية

أحدث المساحيق والسوائل  
لإبادة كافة الحشرات  
التي تنشر الأمراض  
الفتاكة بين الناس

يوضع المسحوق في المرات والأركان  
والشقوق التي تؤدي الحشرات

في حالة استعمال المبيد الحشري  
بالرش يجب غلق جميع  
المنافذ والفتحات

سريع المفعول  
بالغ الأثر

استعمله الآن لتضمن  
الصحة والراحة والهدوء

روكسا سكت رقم ١ و ٢

الطبيب العام الصيدليات ومحازن الأدوية

فيليبس تساهم في بناء عالم أوفر صحة





# حظك هذا شهر

تحطم هذه السعادة التي بنيتها  
بنفسك بعرقك وبدموعك .  
وأعصابك في حاجة الى جو بعيد  
عن كل ضوضاء . وفي عملك فان  
النجاح سوف يتوج مجهوداتك .



من ٢٠ فبراير الى ٢١ مارس (ظهرا)  
لا تنساقى وراء عواطفك . ان  
الفشل الذي أصابك يجب أن  
تتخذه درسا يعود عليك بالنفع  
أما البكاء فانه سبيل الضعف  
الذين لا شخصية لهم . وزوجك  
لماذا لا تحيطينه بسياس محبتك انه  
في حاجة اليك فلا تهمليه والا  
بحث عن شخص اخر يعطف عليه  
.. أما صحتك فانها معرضة لبعض  
المتاعب . ان أصبت بدوار فاعلم  
أنه ناتج عن الكبد .

من ٢٢ ديسمبر الى ٢١ يناير  
لا تنقى كثيرا بمن يظهر لك  
سعود الود والحنان فقد يكون  
مخادعا . وان كنت متزوجة فايك  
أن تظهرى لزوجك عدم ثقتك به .  
كوني لطيفة معه ليعود اليك تائبا  
نادما . أما صحتك فهي على خير  
ما يرام ولكن دورتك الدموية في  
حاجة الى بعض العناية بين حين  
واخر . وفي عملك حاول أن تقلل  
من غلوائك والا تحطمت مشروعاتك  
الواحدة بعد الاخرى .

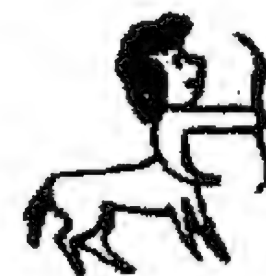
من ٢١ يناير الى ٢٠ فبراير (ظهرا)  
احتفظي بهدوء أعصابك طول  
هذا الشهر والا شجر بينك وبين  
من تحبين خلاف لا يمكن اصلاحه .  
أما ان كنت متزوجة فان منزلك في  
حاجة الى شيء كثير من هديتك .  
ان عاصفة تقف بباب بيتك .  
أوصدي لها الابواب ولا تتركها

من ٢٢ أغسطس الى ٢٣ سبتمبر  
اتفاق تام في الحب وفي الزواج  
ان عرفت كيف تعالجين الامور  
بكياسة وبتعقل . وفي منزلك كل  
شيء سوف يسير على ما يرام لانك  
أدركت أهمية الدور الذي يمكن  
أن تلعبه المرأة في الاسرة . انه  
دور خطير في حاجة الى تعقل  
ورزانة . اياك واهمال جهازك  
التنفسي ان أردت أن تطردى الصداع  
الذي ينتابك بين يوم واخر .



من ٢٣ سبتمبر الى ٢٣ أكتوبر  
اياك واللعب بالنار ، أقصد  
بعواطف غيرك . كوني صريحة معه  
وان كنت متزوجة فايك والفيرة .  
انك تحطمين قلبك وقلبه ولن يبقى  
لك سوى الحسرة والندم على  
ما فات . كوني حريصة وضاعف  
من انتباهك وأنت تعبرين الطريق  
ان أردت ألا تقع لك حادثة . وفي  
عملك ضاعف من مجهودك لتتالى  
مكافأة سخية .

من ٢٣ أكتوبر الى ٢٢ نوفمبر  
انك في حاجة أن تعوضى مافات  
ان فشلك في الحب سببه طبعك .  
ولكن هل في استطاعتك أن تغيرى  
من طبعك ؟ قد يكون ذلك ممكنا  
ان لجأت الى اراتك وشجذت  
همتلك . وان كنت متزوجة فسان  
زوجك في حاجة اليك ، في حاجة  
الى عطفك ، استريحى فان الراحة  
تعيد اليك صحتك . أما في العمل  
فانك متضايقة ماليا . ولكن هذا  
الضيق لن يلبث أن ينفرج .



من ٢٢ نوفمبر الى ٢٢ ديسمبر  
كوني قوية الارادة والا وقعت  
فريسة لشخص يستهويك بمعسول  
الكلام ولا يريد منك أكثر من تمضية  
وقت . أما سوء التفاهم الناشب  
بينك وبين زوجك فسيبه أنت  
وحده . انه في حاجة الى شيء من  
السياسة . وقد تعرض كليتك  
لبعض الاوجاع . بادري بعلاجها  
قبل أن يستفحل المرض . وأعمالك  
في الاخرى في حاجة الى مجهودات  
كبيرة .

من ٢١ مارس الى ٢٠ أبريل (ظهرا)  
هل تريد أن تضمنى سعادتك؟  
حاولي خلال هذا الشهر أن تنسقى  
بين العاطفة والقلب . وان كنت  
متزوجة فان التفاهم سوف يسود  
جو بيتك . ان صحتك في حاجة  
الى تغيير الجو والتغذية والراحة .



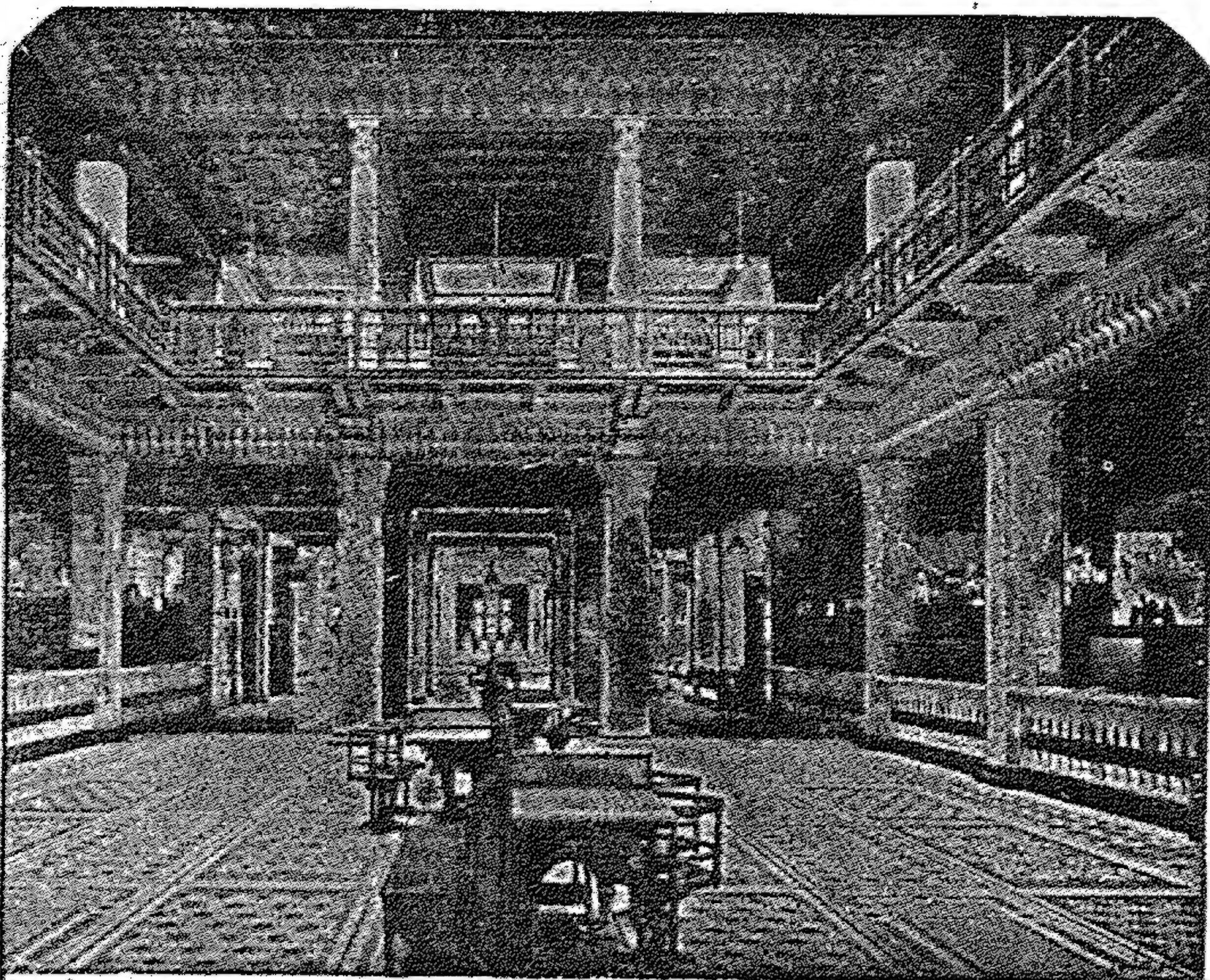
من ٢٠ أبريل الى ٢٠ مايو (ظهرا)  
ان البهجة تحيط بك طوال هذا  
الشهر وخاصة تلك البهجة التي  
تنبع من القلب . قاومي كل  
العوامل المعكدة للجو العائلي .  
وراقب جهازك الهضمي . انه في  
حاجة الى عنايةك ولا مانع من اتباع  
نظام غذائي معين . اديرى أعمالك  
بما لك من خبرة وحسن دراية  
من ٢٠ مايو الى ٢١ يونيو (ظهرا)  
حاولي أن تكبتي هذا الاندماج  
العاطفي الذي يجعلك تندمين على  
كل ما تفعلين . كوني حليلة ، لا  
تفضيى والا صدر منك ما لا يمكن  
اصلاحه بسهولة . ان صحتك في  
حاجة الى الراحة . الراحة بعيدا  
عن ضوضاء المدينة . أما أعمالك  
فلا تفكرى فيها



من ٢١ يونيو الى ٢٢ يولي (ظهرا)  
ان كنت تريد أن تكونى موضع  
حب غيرك لك يجب أن تقلعى عن  
هذا الكبرياء المكروه وهذا الغرور  
الذى لا فائدة منه . أما ان كنت  
متزوجة فيجب أن تضاعفى عنايةك  
بأولادك والا نشأوا على خلاف  
ما يجب أن ينشأوا . وان أردت  
المحافظة على صحتك يجب أن تتفادى  
الارهاق والا عرضت قلبك للمرض .

من ٢٣ يولية الى ٢٢ أغسطس

لا تكونى خيالية الى هذا الحد ،  
ان أردت ألا تصدى فى عواطفك  
وشعورك . وان كنت متزوجة يجب  
عليك أن تتركى الانانية جانباً  
لتفهمى شريك حياتك الذى يشفى  
لاسعادك واسعاد أولادك . راقبى  
كبدك ان الحر يزعجه والسمن  
ينقل عليه . وان كان لديك عمل  
قلا تبتي فيه الا ان كنت محتفظة  
بهده أعصابك .



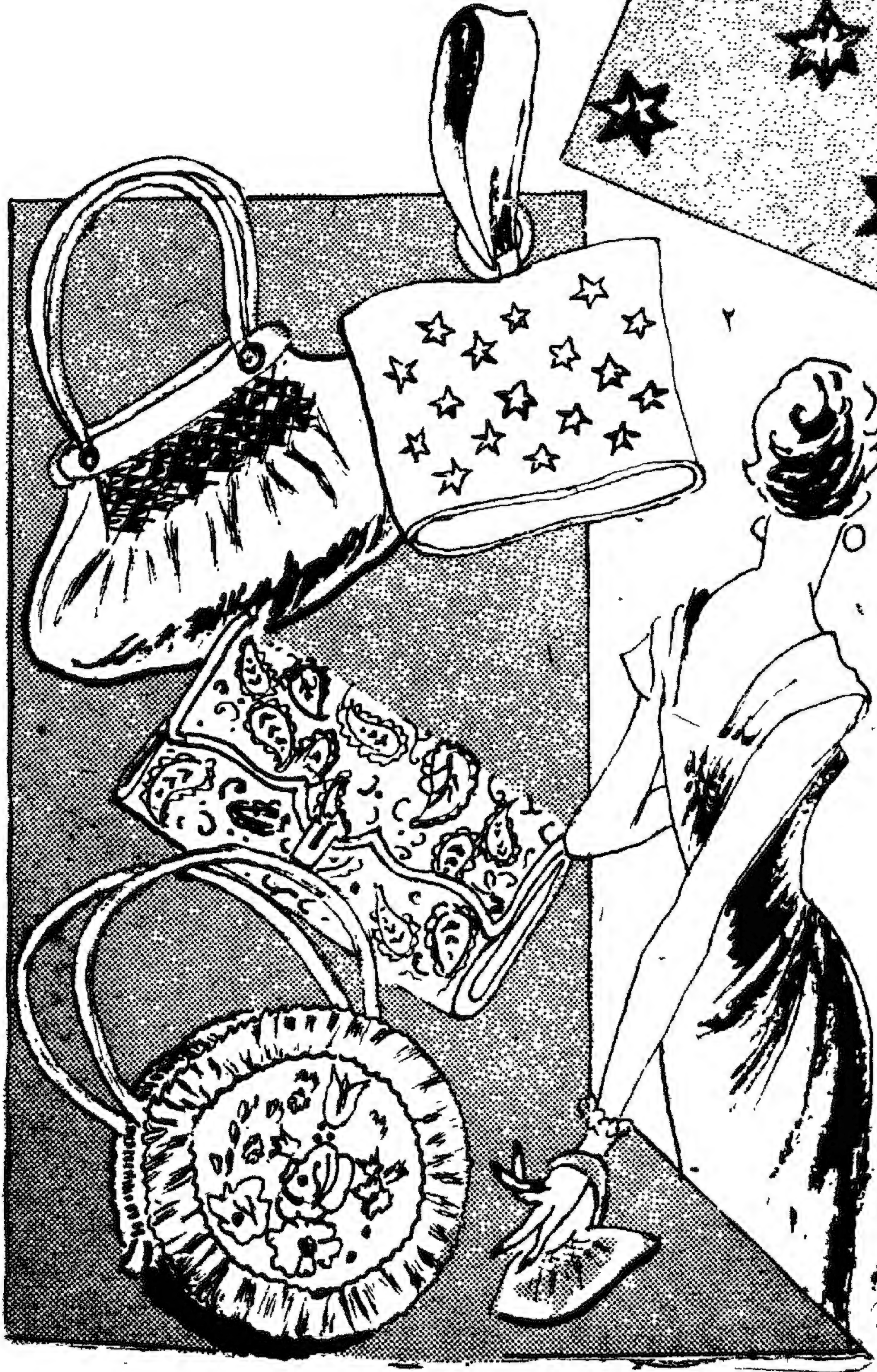
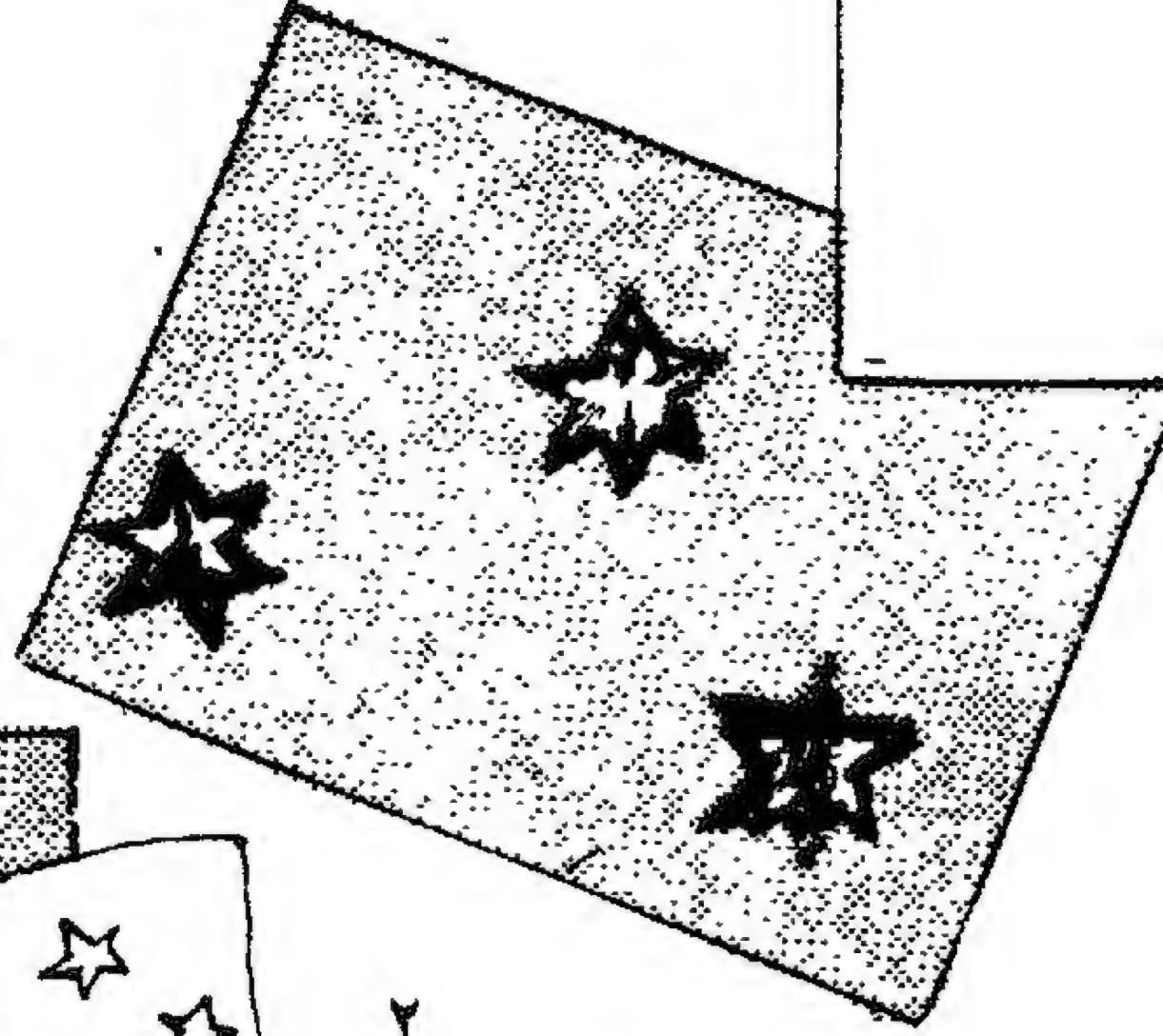
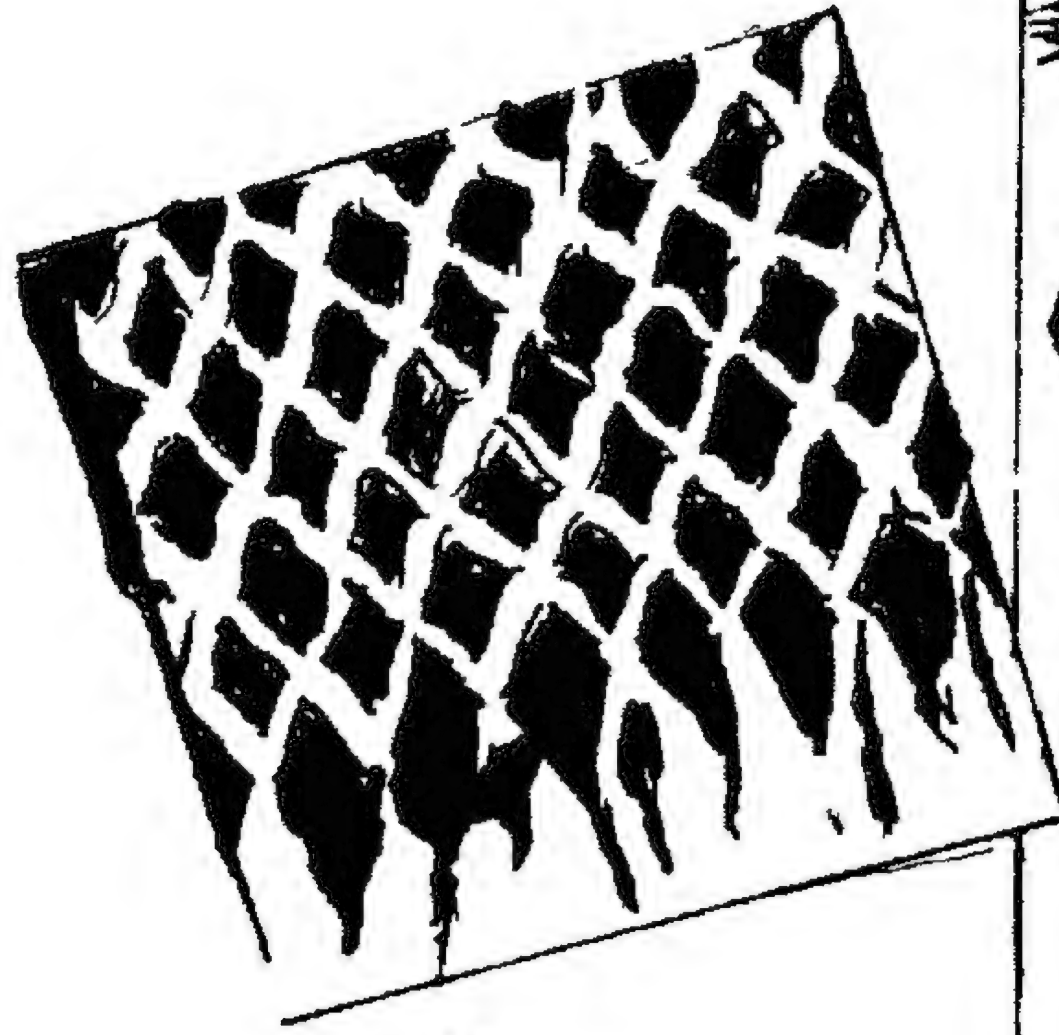
بنك مصر  
البناء الذى رفعت العزة المصرية  
وعامتها الى الاستقلال الاقتصادى  
مؤسس شركاتها القومية  
منشئ الصناعات الكبرى  
يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية  
فزوده بعواصم المديريات ومدنها الكبرى  
وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارجه .



# منط نواليت اقنارى امرها

الشنطة ١ - تعمل من قمماش  
القطيفة الحمراء وشريط من  
الساتان الاسود \*

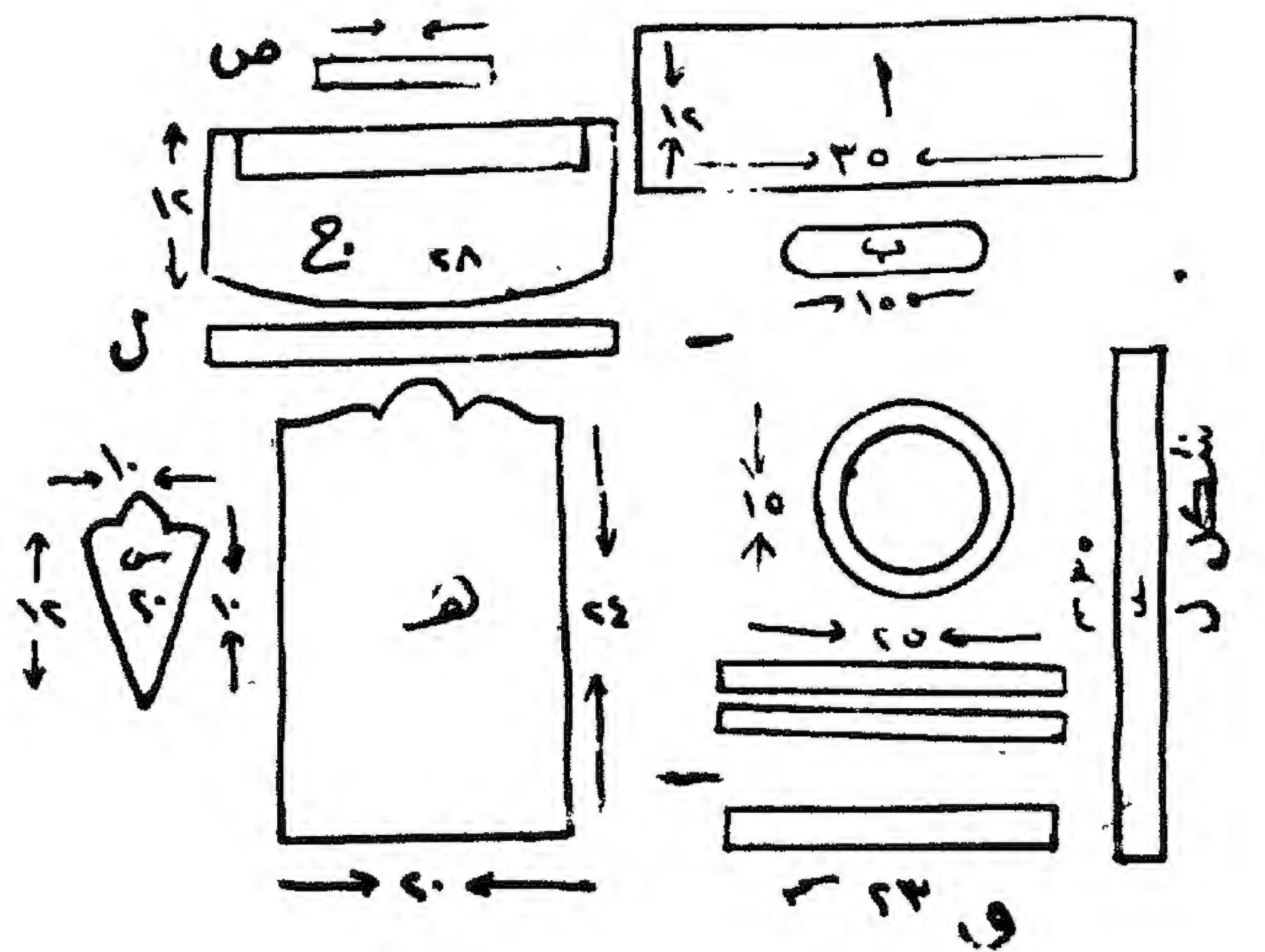
الشنطة ٢ - من الساتان أو  
القطيفة مزينة بقطع من المعدن  
أو الفضة وتتكون من ٣ أجزاء :  
« الدوران » القاع « د » المقبض  
يقفل الدوران ويثبت عليه القطع  
المعدنية ويمثل فى القاع أو الحافة  
دون من الجاناش وتثبت فى منتصف  
الحافة الامامية حلقة من العاج أو  
المعدن والخلفية شريط \*



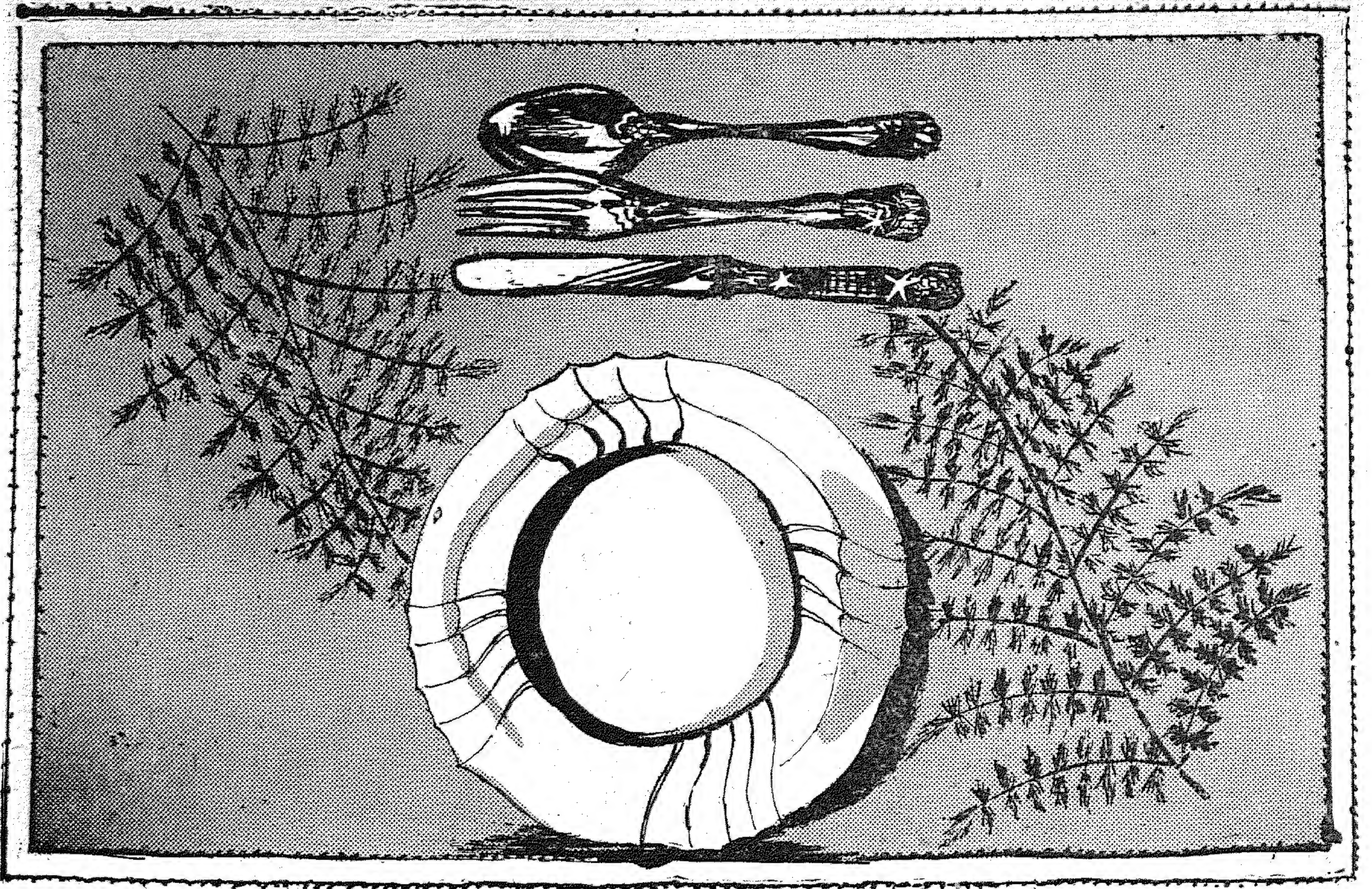
الشنطة ٣ - من الساتان أو  
القطيفة مزينة بفرزة عتس النمل  
ولتنفيذها قصى قطعتين من (ج)  
وقطعة من (ل) وقطعتين من (ص)  
وتقصى قطعتين للجاناب تبع الرسم  
(س) \*

الشنطة ٤ - هذه الشنطة على  
شكل محفظة بقل مربع معدنى  
وتقصى كما فى شكل (هـ) والجاناب  
تقصى من قطعتين كما فى الشكل و.

الشنطة ٥ - وهى على شكل  
دائرة محاطة بشريط من الساتان  
مكشكش عرض ٥ سم \*

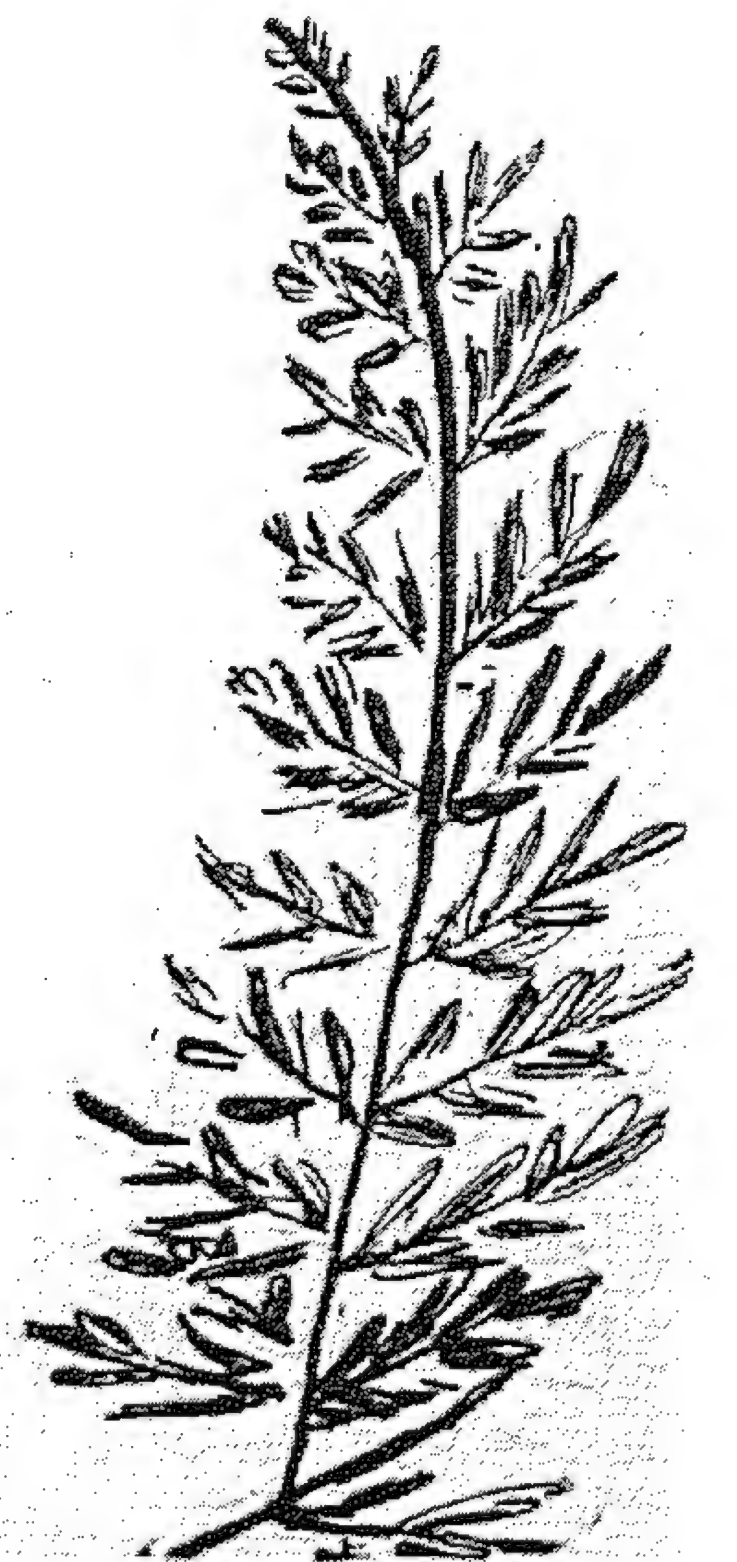
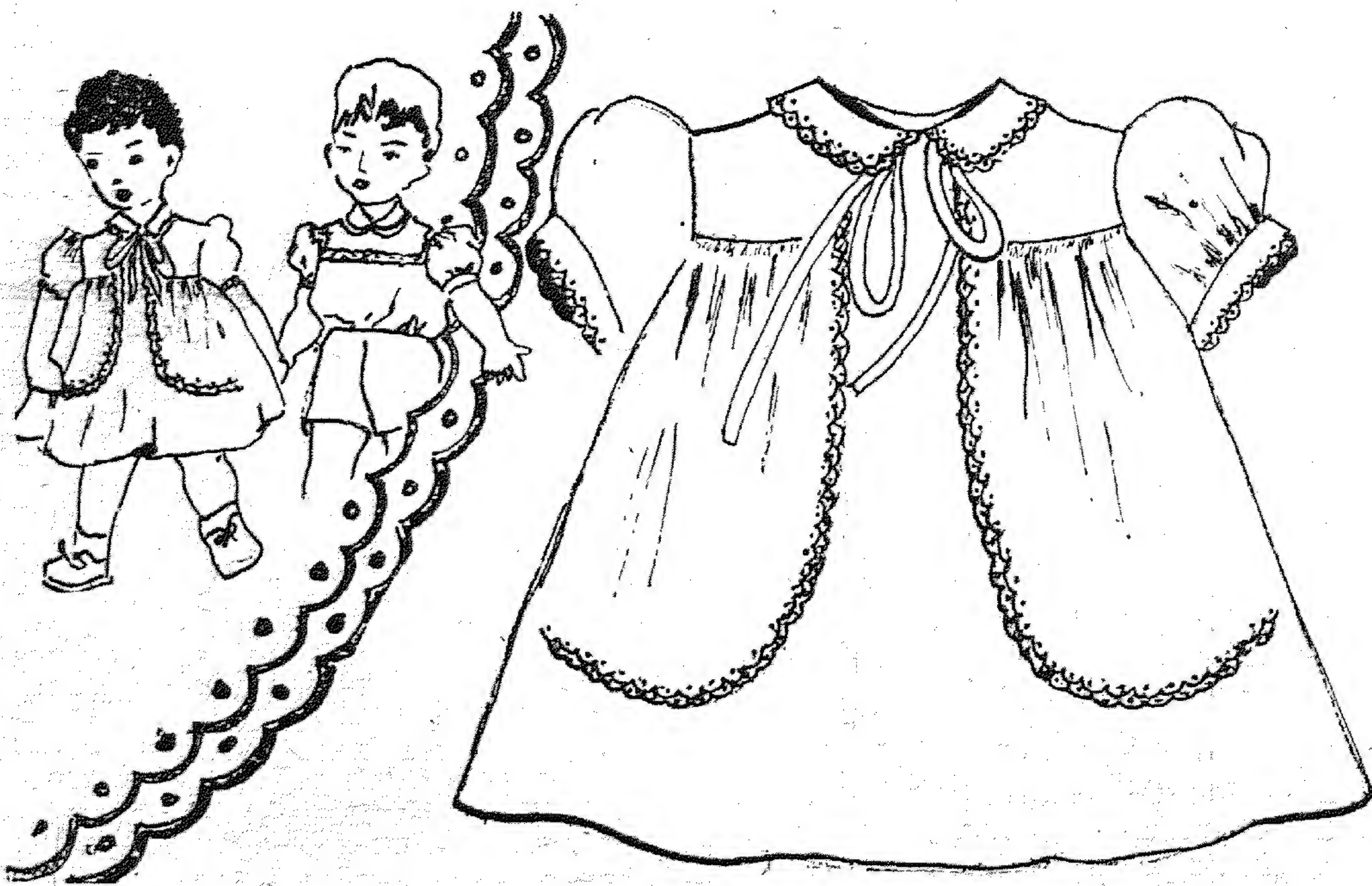






هذا مفرش مائدة صغير يصنع من التيل البيج مقاس ٣٥ × ٥٥ ويشغل بالخيط المألوفين الأبيض .  
واستعمل عند تنفيذه غرز الفرع

يمكنك الاستعانة بالرسم التالي لصنع ملابس أطفالك حسب الوضع المناسب .  
وهي عبارة عن غرز الفستون والبرودريه







## في أوقات فراغك اضعي بلوفر النساء

### البلوفر

**المواد اللازمة :** ١٤٠ جراما « ٥ شل » من صوف باتونز بيهاف فنجرنج - ٣ قتل - أو صوف باتونز نايلوكس نيتنج أو باتونز بيريل هيدر فنجرنج - ٣ قتل - ابرتان نمرة ١٢ و ابرتان نمرة ١٠ ماركة بيهاف أو كوين بي مصنوعة حسب مقاييس بيهاف - سوستة مقاس ١٢ر٥ سنتي .  
**المقاسات :** مقاس الصدر ٧٥ سنتي - الطول من أعلى الكتف ٤٣ر٧٥ سنتي .

**قوة الشد :** ٧ر٥ غرزة و ٩ر٥ سطور لكل ٢ر٥ سنتي مربع على الابرتين نمرة ١٠ بغرزة عادية .  
**الاصطلاحات :** ع = غرزة ممدولة م = غرزة مقلوبة .

### الامام

استعمل الابرتين نمرة ١٠ وعلى حافة الكم الايمن ابدئي ٤٨ غرزة وكسمي الحروف الاعلى والجواب كالآتي :

**السطر ١ :** ع  
**السطر ٢ :** م  
**السطور ٣ و ٤ :** كالسطرين ١ و ٢  
**السطر ٥ :** زودي في الغرزة الاولى - اشتغلي ع لآخر غرزة - زودي في آخر غرزة .

**السطر ٦ :** م لآخر غرزة - زودي في آخر غرزة .  
**السطر ٧ :** زودي في أول غرزة ع لآخر .  
**السطر ٨ :** كالسطر ٦ .  
كرري السطور ٥ و ٦ و ٧ و ٨ مرتين .  
**السطر التالي :** ع لآخر غرزة - زودي في آخر غرزة .  
**السطر التالي :** م لآخر - ابدئي ٤ غرزة .  
**السطر التالي :** ع لآخر .  
**السطر التالي :** م لآخر - ابدئي ٤ غرزة .

استمري في غرزة عادية وزودي عند الحافة العليا على السطر التالي وكل سطر رابع تال الى أن يتم شغل ٨ تزويدات . وفي نفس الوقت كسمي حافة الجنب بأن تبدئي ٤ غرزة عند نهاية كل سطر م الى أن توجد ٩٥ غرزة ثم ٦ غرزة الى أن توجد ١٠٨ غرزة × ×

استمري بدون تكسيم آخر الى أن يصبح مقاس الشغل ١٥ سنتي من البداية وانتهى عند آخر سطر م  
ابدئي الشغل المزخرف الذي على شكل حرف ٧ كالآتي :

**السطر ١ :** ١٠٥ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب « مرة - م ١ »

**السطر ٢ :** م

**السطر ٣ :** ع

**السطر ٤ :** م

**السطر ٥ :** ٩٩ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × الى آخر غرزة - م ١

**السطور ٦ - ٨ :** اشتغلي بغرزة عادية .

**السطر ٩ :** ٩٣ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × الى آخر غرزة - م ١

**السطور ١٠ - ١٢ :** اشتغلي بغرزة عادية .

**السطر ١٣ :** ٨٧ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × الى آخر غرزة - م ١

**السطور ١٤ - ١٦ :** اشتغلي بغرزة عادية .

**السطر ١٧ :** ٨١ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × الى آخر غرزة - م ١

اشتغلي بـ ٢ سطرين بغرزة عادية . كسمي للرقبة كالآتي :

**السطر التالي :** اقفلي ١٠ غرزة - اشتغلي م لآخر .

**السطر التالي :** ٧٥ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × الى آخر ٣ غرزة - م ١ - ع معا .

استمري على هذا النمط - نقصي غرزة عند حافة الرقبة على كل سطر الى أن تبقى ٩٠ غرزة وفي نفس الوقت استمري في حركة حرف ٧ : ٦ غرزة على كل سطر رابع من الغرزة المسلوطة السابقة .

استمري بدون تكسيمات أخرى عند حافة الرقبة ولكن استمري في حركة الغرزة المسلوطة ٧ كالسابق لغاية ما يتم شغل السطر « ٤٥ ع × ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × لآخر غرزة - م ١ » هذا السطر هو وسط الامام - اشتغلي ٣ سطور بغرزة عادية .

**السطر التالي :** ٥١ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × لآخر غرزة - م ١

استمري على هذا النمط بشأن تنقلي ٧ بخمس غرزة الى أن يتم شغل السطر « ٦٣ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب - كرري من × لآخر غرزة - م ١ »

**السطر التالي :** م

استمري في حركة ٧ كالسابق وكسمي للرقبة بأن تزودي غرزة عند حافة الرقبة على كل سطر الى

أن توجد ٩٨ غرزة - ابدئي ١٠ غرزة عند حافة الرقبة على السطر التالي .

استمري في حركة ٧ كالسابق الى أن يتم شغل السطر « ١٠٥ ع - ١ م - اسلتي غرزة بالمقلوب » مرة - م ١ - استمري في غرزة مادية الى أن يصبح مقاس الشغل كمقاسه في النصف الاول من أول أول سطر بغرزة مسلوطة الى آخر تزويد وانتهى عند آخر سطر م × × × وكسمي للجنب والحواف العليا كالآتي :

**السطر التالي :** اقفلي ٦ غرزة - ع لآخر .

استمري في تكسيم الحافة الجانبية بأن تقفلي ٦ غرزة عند بداية كل سطر ع مرة وفي نفس الوقت نقصي غرزة عند الحافة العليا على السطر التالي .

استمري في تكسيم الجانبي الاعلى بأن تنقصي غرزة عند كل سطر رابع من التنقيص السابق ولكن اقفلي ٤ غرزة عند بداية كل سطر ع الى أن تبقى ٦٤ غرزة .

**السطر التالي :** ٢ م - معا - ع لآخر .

وانت تكسيم الحافة العليا على كل سطر رابع كالسابق نقصي غرزة عند الحافة الجانبية على السطور الاثنى عشر التالية . اشتغلي ٣ سطور - اقفلي بالمقلوب .

### الخلف

ابدئي عند حافة الكم الايسر واشتغلي كما اشتغلت للامام حتى تصل الى × × « ١٠٨ غرزة » استمري على هذه الغرزة الى أن يصبح مقاس الشغل ١١ر٢٥ سنتي من البداية .

كسمي الحافة العليا بأن تزودي غرزة عند الحافة العليا على السطر التالي وكل سطر ثاني عشر تال الى أن توجد ١١١ غرزة « علمي هذه النقطة بقطعة من الصوف الملون » استمري على هذه الغرزة الى أن يصبح مقاس الشغل كمقاسه عند الامام الى السطر الاوسط وانتهى عند آخر سطر ع .

اشتغلي الفتحة الوسطى كالآتي : **السطر التالي :** اقفلي ٢٢ غرزة - م لآخر .

**السطر التالي :** ع لآخر - ابدئي ٢٢ غرزة .

استمري في غرزة عادية الى أن يتم شغل نفس الكميصة التي اشتغلتها من الفتحة الوسطى الى قطعة الصوف الملونة



نقصى غرزة عند الحافة العليا  
على السطر الثاني وكل سطر اثني  
عشر تال الى أن تبقى ١٠٨ غرزة .  
استمرى على هذه الغرز الى أن  
يصبح مقاس الشغل كمناسه في  
الامام الى بداية التكميمات الجانبية  
وانتهى عند اخر سطر م .  
كمل كالامام واشتغل من × × ×  
للاخر .

#### الحاشية

استعمل الابرتين نمرة ١٢  
وبوجه الشغل القطي ٨٨ غرزة على  
طول الحافة السفلى للامام .  
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى  
٥٧ سنتي واقفل قفلا رخوا بشغل  
مضلع .  
كمل الخلف بنفس الطريقة .  
حافات الكم

استعمل غرزة غير منظورة  
وأوصل الحافات العليا . استعمل  
الابرتين نمرة ١٢ وبوجه الشغل  
القطي ٦٦ غرزة على طول حافة  
الكم .  
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى  
٥ سنتي .  
اقفل بشغل مضلع .

#### بندة الرقبة

استعمل الابرتين نمرة ١٢  
وبوجه الشغل القطي ٩٦ غرزة  
حول الرقبة .  
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى  
٥ سنتي .  
اقفل بشغل مضلع .

#### التسريب

اتركى المضلع ودبسى الحروف  
المستديرة واكوى باستعمال مكواة  
ساخنة وقطعة قماش مبللة وبغرزة  
غير منظورة . أوصل الحروف  
الجانبية وركبى السوستة في  
الفتحة الخلفية . واكوى كل  
الخياطات .

#### الجاكيت

المواد اللازمة : ١٩٦ جراما :  
« ٧ شلل » من صوف ناتونز  
نايلوكس نتج أو صوف باتونز  
بيريل هيدر فنجرنج - ٣ قتل -  
ابرتان نمرة ١٢ وابرتان نمرة ١٠  
ماركة بيهاف أو كوين بي - ٧  
زراير .

المقاسات : مقاس الصدر ٧٥  
سنتي - الطول من أعلى الكتف  
٤٥ سنتي .

قوة الشد : ٧٥ غرزة و٥٥  
سطور لكل ١/٢ سنتي مربع  
بغرزة عادية .

#### يمين الامام

استعمل الابرتين نمرة ١٢  
وابدئي بهما ٤٢ غرزة .  
اشتغل مضلع ١ ع - ١ م لدى  
٢٥ سنتي .

انتقل الى الابرتين نمرة ١٠  
واستمرى بغرزة عادية بالحافة  
المزخرفة كالآتي :

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : م .

السطر ٣ : « ١ م - اسلتي  
غرزة بالقلب » ٧ مرات - ١ م -  
ع للاخر .

السطر ٤ : م .

كررى هذين السطرين .  
× × احتفظي بالحرف المزخرف  
صحيحا وزودي غرزة عند الحافة  
الجانبية على السطر التالي وكل سطر  
رابع تال الى أن توجد ٥٣ غرزة -  
وكل سطر بعد سطر الى أن توجد  
٦٠ غرزة ثم كل سطر الى أن توجد  
٦٧ غرزة . وبذلك تنتهين عند  
آخر سطر م × ×

السطر التالي : اشتغلي للاخر -  
ابدئي ٦٧ غرزة لكم ١٣٤ غرزة .  
اشتغل ٣ سطور بدون تكسيم .  
كسمى لنهاية الكم بأن تزودي  
غرزة على السطر التالي . اشتغلي  
سطرين بدون تكسيم وبذلك تنتهين  
عند آخر سطر ع .

ابدئي الانحدار الامامي كالآتي :

السطر التالي : م لآخر غزرتين -  
٢ معا × × × استمرى في  
شغل الحرف المزخرف على ١٥ غرزة  
كالسابق واستمرى في تكسيم  
نهاية الكم بأن تزودي غرزة على  
كل سطر خامس من التزويد  
السابق . وفي نفس الوقت نقصى  
غرزة عند الحافة الامامية على كل  
سطر سادس من التنقيص السابق  
الى أن يتم عمل ٦ تزويدات عند  
حرف الكم .

وانت مستمرة في تكسيم الحافة  
الامامية كالسابق اشتغلي ٥ سطور  
وبذلك تنتهين عند نهاية الكم  
« ١٣٥ غرزة » . واستمرى في  
تكسيم الحافة الامامية كالسابق ثم  
ابدئي في تكسيم حافة الكم بأن  
تقفل ٣ غرز عند بداية السطر  
التالي وكل سطر بعد سطر الى أن  
يتم قفل مجموعتين من الغرز ٥٥ -  
غرزة الى أن يتم قفل ١٢ مجموعة  
أخرى من الغرز × × × « ٦٤  
غرزة » .

استمرى بدون تكسيم اخر عند  
الحافة الامامية ولكن اقفل ٧ غرز -  
عند حافة الكم الى أن يتم قفل ٥  
مجموعات من الغرز « ٢٩ غرزة »  
اشتغلي سطرا . اقفل .

#### يسار الامام

اشتغلي مضلع كما اشتغلت  
ليمين الامام .  
انتقل الى الابرتين نمرة ١٠

واستمرى بغرزة عادية في الحافة  
المزخرفة كالآتي :

السطر ١ : ع .

السطر ٢ : م .

السطر ٣ : ع لآخر ١٥ غرزة -  
« ١ م - اسلتي غرزة بالقلب »  
٧ مرات - ١ م -

السطر ٤ : م .

كررى هذا السطور الاربعة مرة  
اشتغلي من × × الى × × كما  
اشتغلت ليمين الامام - ابدئي ٦٧  
غرزة للكم .

اشتغلي ٤ سطور بدون تكسيم .  
كسمى لنهاية الكم بأن تزودي  
غرزة على السطر التالي . اشتغلي  
سطرين وبذلك تنتهين عند اخر  
سطر ع .  
ابدئي المنحدر الامامي كالآتي :  
السطر التالي : ٢ م معا - م  
للاخر .

ويجب شغل ٤ سطور بدلا من  
٥ قبل بداية تكسيم حرف الكم .  
كمل كما فعلت في يمين الامام بأن  
تشتغلي من  
السطر التالي : ٢ م معا - ع  
للاخر « ٦٤ غرزة » . كمل كما  
فعلت ليمين الامام .

#### الخلف

استعمل الابرتين نمرة ١٢  
وابدئي بهما ٩٠ غرزة . اشتغلي  
مضلع كما فعلت للامام .  
انتقل الى الابرتين نمرة ١٠  
واستمرى في غرزة عادية بأن  
تزودي غرزة عند كل من طرفي  
السطر التاسع وكل سطر رابع تال  
الى أن توجد ١١٢ غرزة - وكل  
سطر بعد سطر الى أن توجد ١٢٦  
غرزة - وكل سطر الى أن توجد  
١٤٠ غرزة - ابدئي ٦٧ غرزة عند  
بداية السطرين التاليين « ٢٧٤  
غرزة » .

اشتغلي سطرين بدون تكسيم .  
زودي غرزة عند كل من طرفي  
السطر التالي وكل سطر خامس تال  
الى أن يتم شغل ٦ تزويدات عند  
كل نهاية كم « ٢٨٦ غرزة » .  
اشتغلي ٤ سطور بدون تكسيم .

وبذلك تنتهين عند اخر سطر م .  
كسمى حروف الاكمام بأن تقفل  
٣ غرز عند بداية السطور الاربعة  
التالية - ٥ غرز عند بداية السطور  
الى ٢٤ التالية « ١٥٤ غرزة » - ٧  
غرزة عند بداية السطور المشرة  
التالية - ٢٩ غرزة عند بداية  
السطرين التاليين .  
اقفل الى ٢٦ غرزة الباقية .

#### حاشية الكم

استعمل غرزة غير منظورة  
وأوصل حروف الكمين التي تكونت  
من الغرز المقفولة .

استعمل الابرتين نمرة ١٢  
وبوجه الشغل القطي ٥٠ غرزة على  
طول نهاية الكم .

اشتغل ١ ع - ١ م مضلع لدى  
٦٧٥ سنتي .  
اقفل بشغل مضلع .

#### البندة الامامية

استعمل الابرتين نمرة ١٢  
وابدئي بهما ١١ غرزة .  
السطر ١ : ٢ ع - « ١ م -  
١ ع » ٤ مرات - ١ ع .  
السطر ٢ : « ١ ع - ١ م » ٥  
مرات - ١ ع .  
السطر ٤ : مضلع - اقفل ٣ -  
اقفل ٣ - مضلع للاخر .  
السطر ٤ : ٤ مضلع - ابدئي ٣  
مضلع للاخر .

استمرى في شغل مضلع واشتغلي  
عروة كما في السطرين ٣ و ٤ على  
السطرين ١٧ و ١٨ من الصرورة  
السابقة الى أن يتم شغل ٧  
عراوى .

استمرى بدون عمل عراوى  
أخرى الى أن يصبح مقابل الشغل  
٩٨ سنتي « غير مشدود من  
البداية » .  
اقفل بشغل مضلع .

#### التسريب

اتركى المضلع وبظهر الشغل  
دبسى الحروف المستديرة واكوى  
بمكواة ساخنة وقطعة قماش مبللة  
وبغرزة غير منظورة أوصل قطع  
الشغل - ركبى الزراير - واكوى  
كل الخياطات .

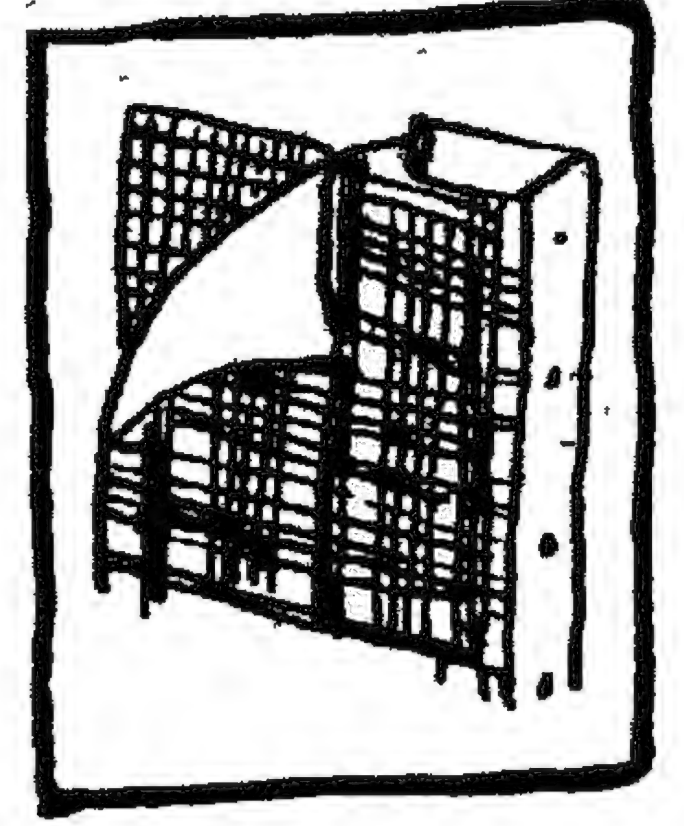
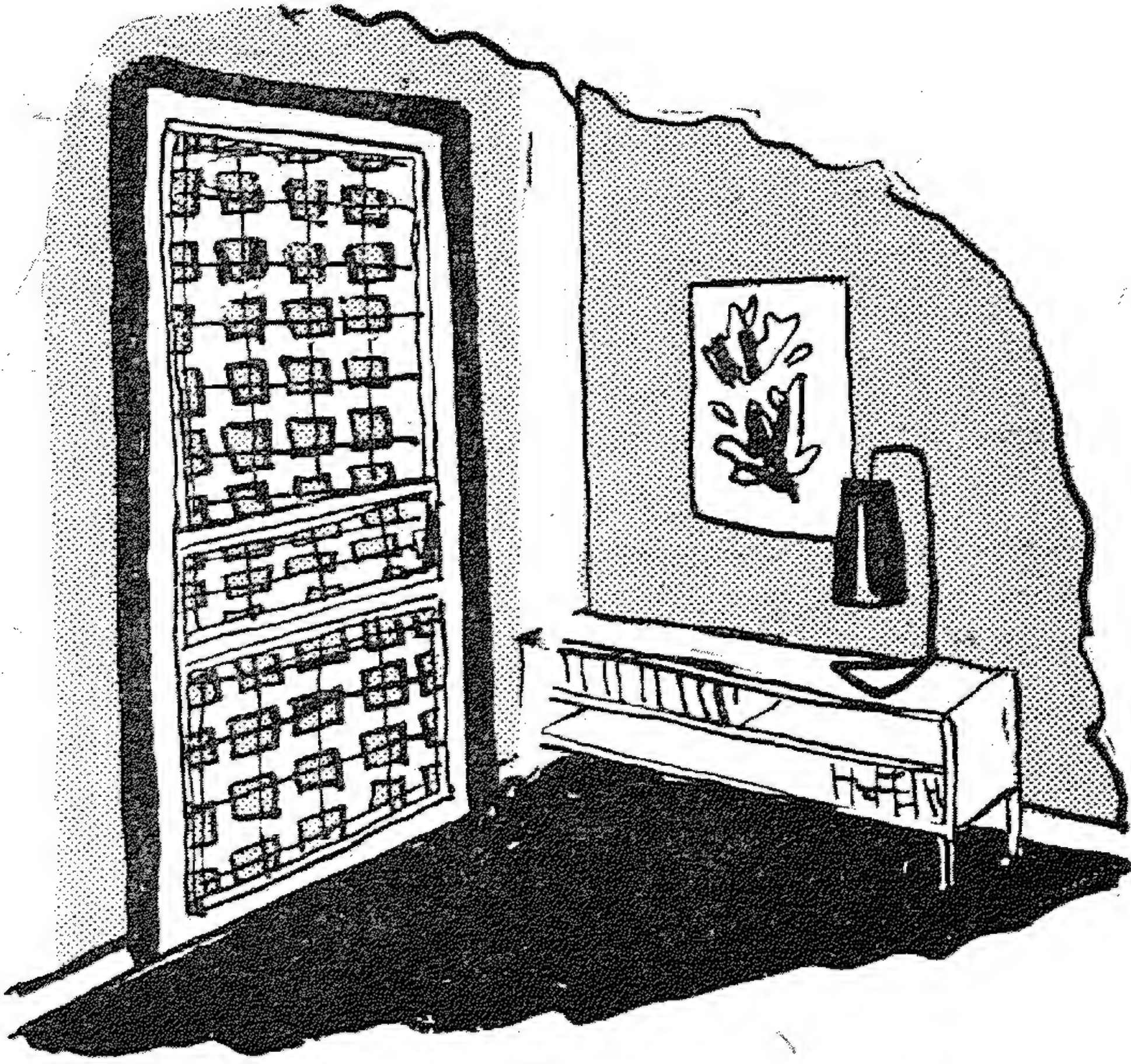


القاهرة : ميدان سليمان باشا رقم ٩ تليفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ١٥ - ٥٥  
الوكندة : شارع شربين رقم ٢٢ تليفون ٢٣٩٢٩ - ٢٣٩٣٠ - ٢٣٩٣١ - ٢٣٩٣٢





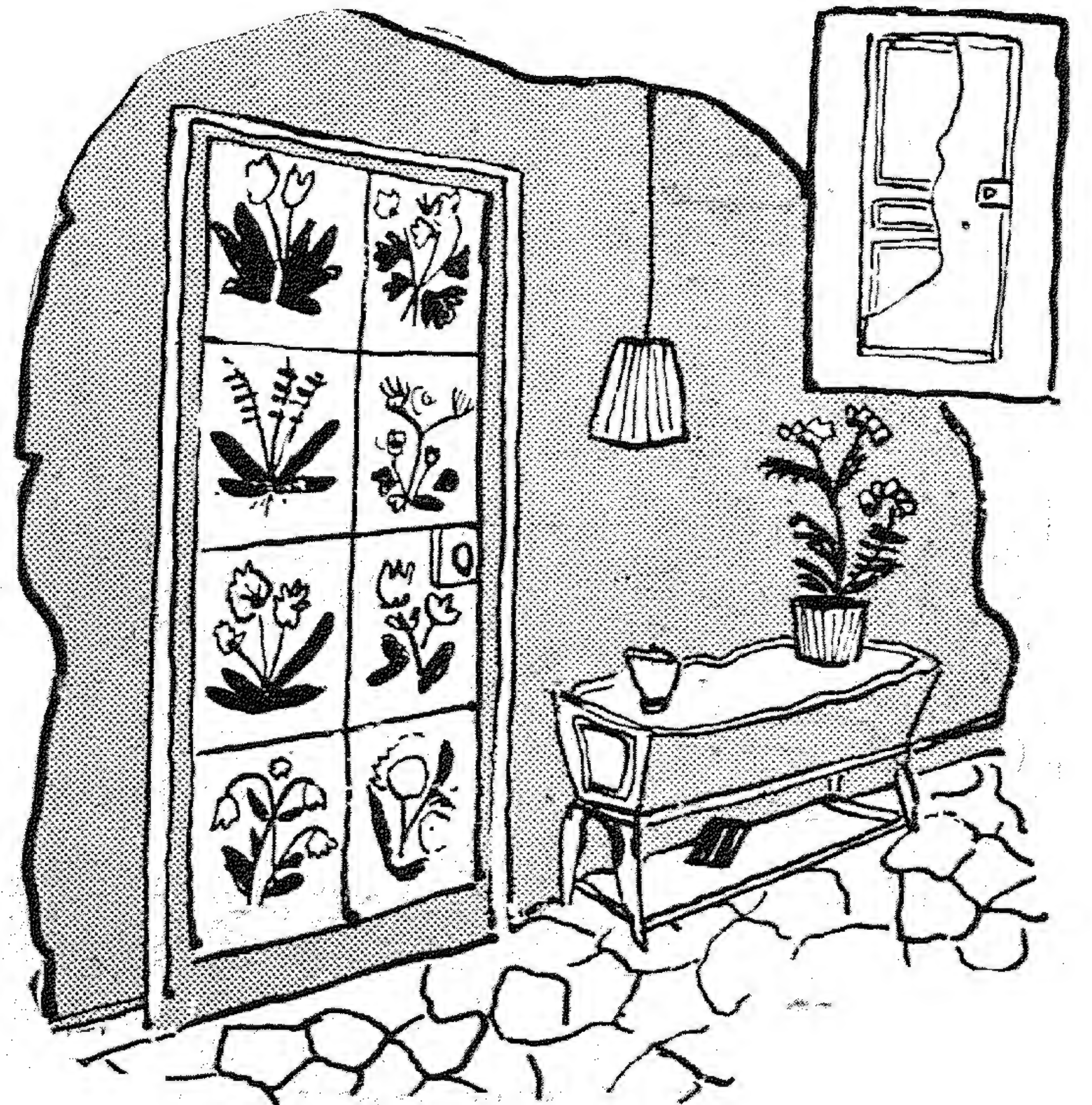
# زخرفة أبواب حجراتك



ما لون أبواب حجرات منزلك ؟ انها بيضاء ولا شك . لماذا لا تفكرين في زخرفتها بحيث تكمل أناقة الحجرة ؟ ان هذه العملية لن تكلفك كثيرا ان كنت من ذوات الذوق الجميل . وها نحن أولاء نعرض عليك خمسة أفكار لزخرفة الابواب وقد تكون لديك فكرة سادسة وفكرة سابعة . حاولي تنفيذها . ولكن اختاري الالوان المناسبة والا جاءت النتيجة بعكس ما تطلبين .

## ١- الباب الايكوسيه

سمى كذلك لان زخرفته تشبه زخرفة الاقمشة المصنوعة في اسكوتلندا . لقد دهن الباب باللون الابيض . اما البانوهات فقد حليت بالاقمشة الايكوسيز المحشوة بقدر قليل جدا من القطن . ولكي تصلي الى ذلك سمري على الباب سمكى قماش التيل القليظ ( ١ ) ثبتي القماش واحيطي كل بانو بباجيت (ب) ملونة بالاحمر . اما محيط الباب فانه بدهن باللون الاخضر . وفي استطاعتك ان تستخدمى لهذه الزخرفة قماش بلاستيك سهل التنظيف . وان استخدمت قماشاً من الصوف فيمكنك احلال مسامير صغيرة مذهبة محل الباجيت على أن تسمري الواحدة بجانب الاخرى . ان هذا الباب المحلى بالايكوسيه يناسب مكتبا أو غرفة شاي . وان استخدمت قماشاً اخر استطعت بنفس الطريقة زخرفة باب غرفة النوم أو باب الدهليز .



## ٢- الباب المحلى بالرسوم

لكي تنفذى هذه الزخرفة المبتكرة ، الانيقة لا بد من أن تسمري على الباب بانو ايزوريل (ج) يحاط بعد ذلك بباجيت رفيعة ونصف دائرية (د) وعلى هذا المسطح الصقى رسوما لازهار وفراشات وعصافير على أن يكون الرسم بجانب الرسم .

وبعد أن يجف الصمغ ننصحك بحماية هذه الصور بورنيش لا لون له . اعملى حساب مقبض الباب وانت تلصقين الباجيت والاوراق المصورة . وتناسب هذه الزخرفة باب غرفة فتاة أو غرفة مفروشة بأثاث من طراز ريفي ( روستيك ) . ولكن يجب ان تحسنى اختيار الصور وألوانها .

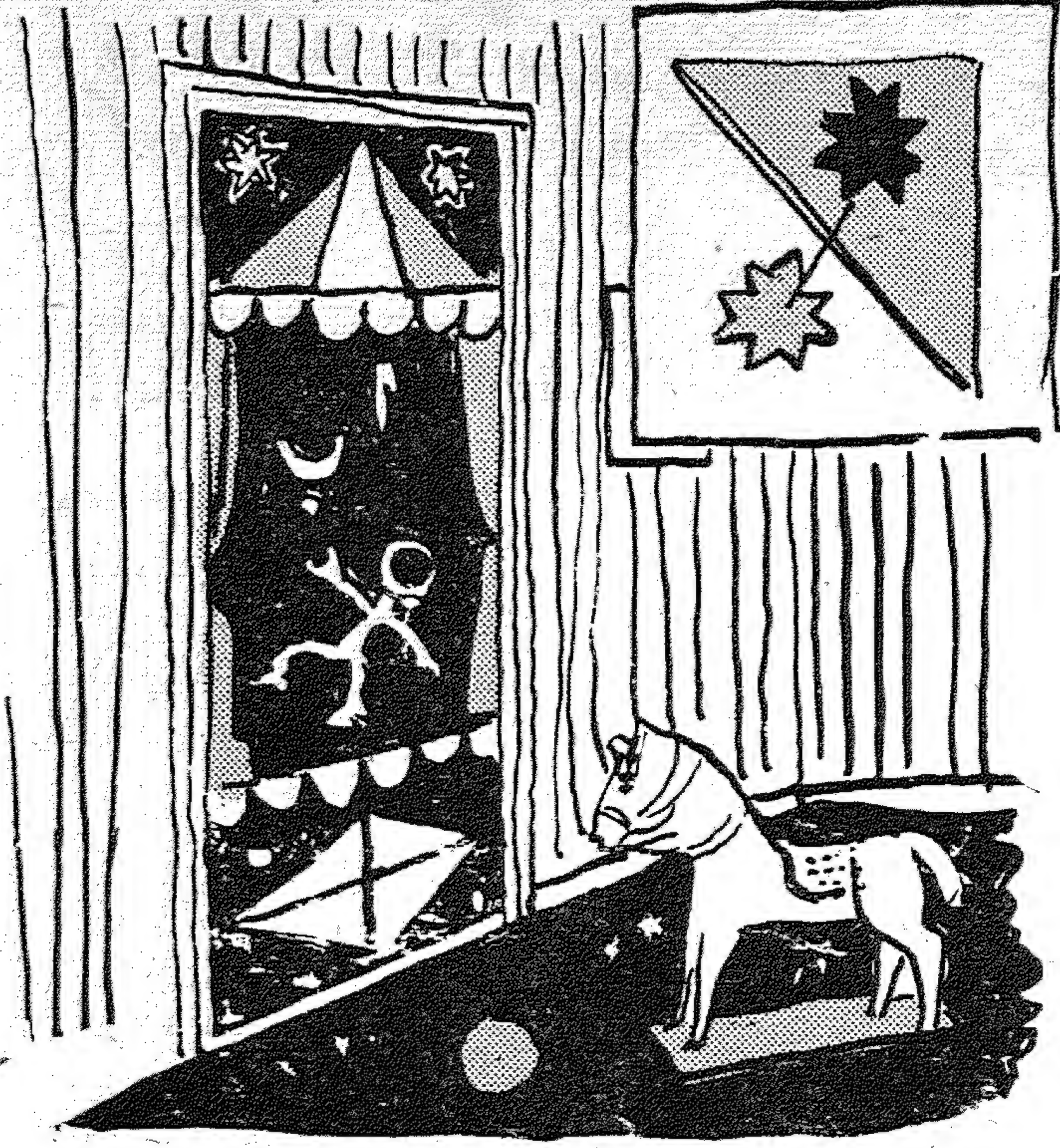


### ٣ - السبورة الباب

ان هذا الباب مغطى بيبانو مصنوع من مادة الازوريل مثل النموذج السابق . ثم يلصق عليه موتيف زخرفي مصنوع بقطع اللينوليوم ذات الالوان المختلفة وقد جمعت على هيئة مناعة .

وللحصول على المقاييس الدقيقة لكل عنصر ارسمي الزخرفة قبل ذلك على قطعة ورق من حجم الباب . قصي على هذا النموذج حسب التفاصيل المختلفة . وكل قطعة من الورق تشف على اللينوليوم الذي تجمع قطعه . ويبين الشكل (هـ) الطريقة التي تتركب بها النجوم في زاويتي الباب العليا .

ان مركز هذه الزخرفة يمكن استعماله كسبورة على شرط ان يكون على باب دولاب حائطي . ذلك ان كان الباب للدخول والخروج فان الطفل يتعرض لتلقى الباب على وجهه او لان يسقط الى الامام اثناء استخدام السبورة .



### ٤ - الباب الشبكة

هل لديك منزل ريفي ؟ هل تسكنين في الريف ؟ لماذا اذا لا تزخرفين أحد أبواب منزلك بطريقة الشبكة ؟ ادهني الباب باللون الاخضر الغامق . ثبتي عليه بعد ذلك شبكة من السلك المضفر والمدهون باللون الابيض . ويمكن تثبيت هذه الشبكة بمسامير خاصة « و » اما الاطراف فانها تغطي بباجيت مدهونة (ز) باللون الابيض أيضا .



### ٥ - الباب المرأة

هذا الباب لا يتفق الا مع غرفة مفروشة بفراش فاخر . ومن شأنه ان يجعل الغرفة تبدو أكبر وأحسن اضاءة .

ان الباتوهات الداخلية محلاة بمرايات مثبتة بباجيت رفيعة . ومحيط الباب محلي أيضا ببيرواز يتكون بقطع المرايات ومثبت بباجيت .

وما حول هذه الباتوهات قد نفذ اما بقطع شبك ذات أطراف مثنية بعرض ١ سم ومثبتة تحت الباجيت التي تحيط بالمرآة واما بصفائح مثقوبة وهي موجودة في السوق على هيئة بانوهات .

وليس من الضروري اختيار مرايات سمكية وغالية الثمن ، اذ تكفي المرايات العادية .

ان هذا الباب سوف يجعلك تستغنين عن المرآة التي توضع على الشماعة والتي بطلت موضتها .



ويبدأ المرض عادة برعشة وارتفاع بسيط في درجة الحرارة لمدة يوم أو يومين ثم يظهر طفح على الجلد لونه أحمر غامق يظهر عليه بعد ذلك نقطة أو بثرة بها سائل كنقط الندى ثم تتكون عليها قشرة ولا يأخذ هذا المرض دورا شديدا ، ولا تحدث له مضاعفات بعكس مرض الجدري الشديد الخطورة .

وينتشر الجديري بالاختلاط المباشر مع الطفل المريض أو باستعمال الأدوات التي تلوثت بافرازات أنف المريض أو فمه أو بشرات جلده .

والعلاج هو أولا منع الطفل من حك جلده بأظفاره والمحافظة على نظافة ملابس وفرش وجسم الطفل المريض

### الهرش

ويأتى هذا المرض الجلدى من حشرة صغيرة تعيش فى اخاديد داخل الجلد وتسبب هرشا شديدا وطفحا ملتها



يوجد غالبا بين اصابع اليدين والقدمين وحول المفاصل وعلى الاليتين . ولا يعدو هذا المرض وجه الطفل الا اذا كانت أمه مصابة فى صدرها وعلى ثديها .

وهذا الهرش يزداد ليلا وتتقيح البثور ويعلوهما الصديد . وهو شديد العدوى ويجب أن يباشر علاجه طبيب على الفور .

أم مجربة



ضجيج الطفل وعدم نومه بالنسبة لما يعانيه من التعب الناتج من الاكلان والهرش . . . واذا هرش الطفل جلده فتسلخ تزداد الحالة سوءا ويتقيح ويلتهب . . .

ومن أهم ما يساعد على علاج هذه الحالة معرفة أنواع الغذاء التي تؤثر فى حساسية الطفل وتجنبها . ورغم ذلك



فان حالة الاكزيما الملتبهة أو التي يصيبها الطفح بالخدوش المختلفة أو التي يهيجها الصابون أو الملابس أو المياه تستمر بدون تحسين ظاهر .

ولذلك فكل حالة اكزيما فى الاطفال يجب ان تبقى تحت ملاحظة الطبيب لكى ينظم طعام الطفل وعلاجه ومنع المضاعفات ، الامر الذي يحتاج تعاوننا مستمرا من والدى الطفل مع الطبيب لتنفيذ تعليماته .

### الجديري

هذا المرض منتشر جدا بين الاطفال فى كل الاعمار وتظهر علامات المرض على الطفل بعد اسبوعين أو ثلاثة من تاريخ التعرض وغالبا من ١٤-١٦ يوما . . .

والمقدار بالنسبة لفصول السنة ودرجات الحرارة . . . مع فصل الصيف يجب أن



يغطى الطفل بأقل مقدار من الملابس المصنوعة من القطن الخفيف أو التيل مع العناية بالحمام كل يوم ، وتنشيف جلده الطفل جيدا لجانب يعرض أجزاء جسمه للهواء فلا يحمر جسمه ويلتهب جلده بهذا الطفح المتعب .

**الاكزيما :** تنتج الاكزيما الحقيقية التي تصيب الاطفال من حساسيتهم لبعض أنواع الغذاء . . . وفي الاكزيما يحمر الجلد ويرشح سائلا يجعله مبللا باستمرار أو يجف ويعلوه قشور . . . ورشح الجلد يبتدىء غالبا على الخدين وينتشر فى الحالات الحادة حتى يغطى الجسم كله ماعدا اليدين والقدمين . . . يكثر

### حمو النيل

رغم ان الطفح الناتج عن ارتفاع درجة الحرارة ينتشر غالبا فى اشهر الصيف الا أنه يمكن ان يوجد ايضا فى الايام الباردة اذا تعرض الطفل لدرجات حرارة عالية داخل الغرف او نتيجة لكثرة الملابس .

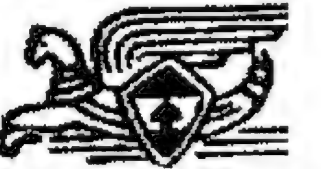
وهذا الطفح عبارة عن حببات صغيرة مرتفعة قليلا عن سطح الجلد ، حمراء تنتشر غالبا على الرقبة والكتفين والصدر والوجه ، كما يمكن أن تغطى سطح الجسم كله . وهي تسبب قلق الطفل واضطرابه ويقل الهرش والاكل الناتج من هذا الطفح باستعمال بودرة التلك الخفيفة أو دقيق الاذرة الناعم أو أى مطهر بسيط . . .

ولكن لا تستعمل البودرة بكمية كبيرة لئلا تكون عجيبة فى ثنايا الجلد فتزيد من التهابه . . .

ويمكن منع حمو النيل بالعناية بملابس الطفل التي يجب أن تختلف فى النوع



القاهرة: ميدان سلمان باشا رقم ٢ تلفون ٢٢٨٧٨-٢٢٨٧٩-٢٥٠١٥  
المنصورة: شارع شريف رقم ٢٢ تلفون ٢٣٩٢٩ جميع كاتبة السابعة العشرة





# بنت النيل في سون نزلك

## المحافظة على الملابس غسلها

- ١ - لا تعطي ملابسك أو ملابس زوجك أو ملابس أولادك الغالية الثمن رقيقة القماش الى الخدم لغسلها بل قومي أنت بغسلها حسب نوع القماش المصنوعة منه واجعلي غسلها في يوم مستقل غير يوم الغسيل العادي ولاحظي الاتي أثناء غسلها :
- ١ - البلوزات البيضاء الرقيقة والقمصان الافرنجي البيضاء لسهولة نظافة الياقة والاساور تبل بالماء البارد ورشي عليها طبقة خفيفة من صابون أومو واتركيها لمدة ساعتين على الأقل ثم تغسل كالمعتاد .
- ٢ - انقعي مناديل اليد على حدة واذا كان بها مواد مخاطية أضيفي لماء النقع قليلا من الملح .
- ٣ - أزيلي البقع من ملابسك بمجرد حدوثها ثم اغسليها على حسب نوع القماش .
- ٤ - اتبعي السرعة في غسل ملابسك الصوفية ولاحظي أن تكون قطعة الصوف دائما مغمورة في الماء طول مرحلة الغسل والشطف لان بقاءها بعيدة عن الماء معرضة للهواء مدة مما يسبب انكماش الصوف .
- ٥ - انشري الفساتين دائما من الاكتاف .
- ٦ - الاصواف « التريكو » المغسولة لا تنشر بل تجفف بفردا على منضدة مسطحة وتساوى بشكلها الطبيعي .
- ٧ - اغسلي ملابسك الرقيقة بالضغط بين اليدين واجتنبى دحكها وكذلك عند عصرها تعصر بالضغط .
- ٨ - استعملي الماء الدافئ قليلا في غسل الالوان .
- ٩ - قبل غسل أى شئ ملون يحسن أن تختبري قطعة منه في الماء للوقوف على تأثير الغسل عليه وهل هو قابل للبهتان أم لا حتى يمكنك اتباع الطريقة الصحيحة .
- ١٠ - لا تتركي ملابسك المغسولة بدون نشرها لمدة طويلة ولا تتركها كذلك ملفوفة في فوطة لمدة طويلة وخصوصا الملون منها فذلك يعرضها للبهتان .
- ١١ - الملابس المنشأة مثل الأورجاندى والروكامو لا تتركها منشأة بدون استعمال لان خزن الاقمشة وهي منشأة يساعد على تلف نسيجها .
- ١٢ - لا تندي الحراير أثناء كيها لان ذلك يسبب بها بقعا . وكذلك لا تستعملي مكواة ساخنة في كيها .

## غسل زجاج النوافذ

- ٣ - كثيرا ما انظف زجاج النوافذ بمنزلي ولكني لا احصل على اللمعة البراقة بل الاحظ دائما وجود عتامة على الزجاج - فهل من طريقة لمنع ذلك وارجاع اللمعة الاصلية الى الزجاج ؟
- ج - نعم اغسليه بالماء البارد المضاف اليه قليل من الاسبرتو واستعملي ورق الجرائد في غسله وتجفيفه وتلميعه .

قالت الكاتبة الفرنسية الكبيرة  
جودج صاند ( لو ان هذا الرجل  
احبنى لاخضعني .. وتواخضعني  
لشعرت بالطمأنينة في حماه ...  
لان حريتي تقتلني .. )

اذا بخلت على زوجتك بعثت  
عن يجزل لها العطاء .

يقول المثل الاسباني ( البعد في  
الحب مثل الهواء للنار ) .

ويقول المثل الفرنسي ( البعد  
عن العين بعيد عن القلب ) فايهما  
اصدق .

شاهدت امرأة حسناء تبسم  
لامرأة تفوقها حسنا ومن يومها  
عرفت ما هي الحرب الباردة .

قال ( فينون دى لانكلو ) من  
المضحك حقا أن يكون هناك قانون  
يحمي حياة السيدات وهن لا  
يقدرن في الرجال الا وقاحتهم .

ذاق ألفريد موسيه الشاعسر  
الفرنسي الكبير اقصى ألوان العذاب  
في حبه ومع ذلك فقد قال ( المرء  
تلميذ العذاب استاذة ولا يمكنه أن  
يعرف نفسه الا اذا ذاق العذاب )

قال ( ايتان راي ) اذا كان  
الجمال هو الذي يثير الحب ، فان  
الحنان هو الذي يصون هذا  
الحب .

زواجك من الفتاة التي تستطيع  
أن تسعدك .. نجاح . أما زواجك  
من هذه التي لا يوجد حولها من  
يشقيك فهو تفوق .

في سن الأربعين يتوقف تفكير  
المرأة في الرجل فلا تعود تفكر الا  
في نفسها .. بينما يتوقف تفكير  
الرجل في نفسه في هذه السن ..  
فلا يعود يفكر الا في النساء .



كل امرأة يمكنها انجاب الاطفال  
ولكن كل امرأة لا يمكنها صنع  
الرجال .

قال ( ف . رودمان ) بالزواج  
يقفل الحساب لدى بائع الزهور  
ويفتح حساب لدى البقال ..

لا تبتس إذا هربت زوجتك  
لتلحق بعشيقها فقد أنقذت شرفك  
من زوجة خائنة .

تستطيع المرأة أن تعيش بدون  
زواج ولكنها لا تستطيع أن تعيش  
بدون حب . ويستطيع الرجل أن  
يعيش بدون حب ولكنه لا يستطيع  
أن يعيش بدون زواج .

اغلب معاطف الفراء مصدرها  
حيوانات ذكور .

اذا أردت الحصول على حب  
امرأة فكن عفيفا واذا أردت  
الحصول على احترامها فكن فاضلا  
ويمكنك الجمع بين الاثنين .

اسعد امرأة هي التي ترى في  
زوجها حبيبا وليس مجرد اداة  
لجلب ما تحتاجه من مأكلا وملبس  
وحل . واسعد رجل هو الذي يرى  
في زوجته حبيبة وصديقة وليس  
مجرد اداة لجلب الاطفال .

اقوى الحببين اقلهما حبا .



# المطبخ والمائدة

كرات أبو شوشه كبيرة - ٦ ملاعق كبيرة خبز مبلول ومصور جيدا .

## الطريقة :

١ - افرمى اللحم فرما ناعما وكذلك افرمى البصل وليه الخروف جيدا ويدق فى الهاون حتى ينعم تماما ثم يتبل بالملح والفلفل والبهار .

٢ - اعصرى الخبز المبلول جيدا من مائة ثم يخلط باللحم المدقوق .

٣ - ادهنى صينية جيدا بالسمن ثم ضعى فيها خليط اللحم واضغطى عليه جيدا باليد حتى يتماسك ويتساوى السطح .

٤ - رشى قليلا من السمن على السطح .

٥ - قطعيها بالسكين الى مربعات صغيرة كما فى البقلاوة وزخرفى سطح كل قطعة بالصنوبر .

٦ - تخبز فى فرن متوسط حتى تنضج حوالى نصف ساعة .

٧ - عند التقديم تقلب على طبق مسطح ويكون وجهها ظاهرا ، وزخرفى السطح بقطعة مقدونس وتقدم للاكل ساخنة ويحسن تقديمها مع صينية الرقاق .

## الكستلته بالجلاش

### المقادير :

نصف أقة جلش طازج - رطلان كستلته ضأن « وهى ضلوع الخروف » - ملح - فلفل - عصير بصل - بهار .

### الطريقة :

١ - نظفى عظام الكستلته من اللحم الزائد بها ثم تساوى بشكل منظم وتفرد اللحم بدقا خفيفا بيد الهاون أو الساطور لكى تكون رقيقة ثم تبليها بعصير البصل والتوابل وتترك لمدة كافية حتى تتبل جيدا .

٢ - حمريها فى السمن وهدئي النار وتترك حتى تنضج اللحم .

٣ - تنشل من السمن وتترك حتى تبرد جيدا .

٤ - قطعى ورق الجلش كل ورقة الى نصفين ، ضعى قطعة الجلش أمامك وضعى فوقها الكستلته وتلف فيها لفا جيدا متماسكا مع ملاحظة أن تكون العظمة كلها ظاهرة وتغطى اللحم فقط بطبقات الجلش .

٥ - قرب موعد الطعام حمري قطع الكستلته المكسوة بالجلش فى السمن ثم رصيها فى طبق مستطيل وزخرفيها بقطعة مقدونس ، وتقدم للطعام ساخنة أو باردة .

### كل عام وأنتم بخير

فى هذا الشهر تستقبلون العيد الكبير عيد الضحية ، و « بنت النيل » تقدم لكم أحدث الطرق لطبخ لحم العيد والاصناف التى تعمل منه .

ونظرا لحلول العيد فى هذا العام فى أواسط شهـور فصل الصيف فاجتهدى أن تكون أصناف اللحوم المقدمة كلها خفيفة وسهلة فى هضمها مما يتفق مع حرارة الجو ، فاما مشوية أو رستو ويقدم معها بعض الخضر السوتيه أو لحوم باردة ويقدم معها بعض أصناف السلطات الخضراء ، وسأوضح لك هنا بعضا من أطباق اللحوم الممكن عملها من خروف العيد .

## فتة الضحية ..

### المقادير :

عدد من أرغفة خبز بلدى طازج بحسب عدد الاكلين - سمن للتحمير - كمية من الارز المفلفل - ملح وفلفل - بهار - كمية من بهريز اللحم أو العظم - نصف رأس ثوم - نصف فنجان شاي خل .

### الطريقة :

١ - قطعى الخبز الى قطع صغيرة مناسبة ثم حمريه فى السمن الغزير حتى يتحمـر تماما .

٢ - ضعى الخبز المحمر فى حلة ورشى عليه قليلا من الفلفل والبهار ثم صبى فوقه الكمية الكافية من بهريز اللحم أو العظم وتغطى الحلة وتترك حتى يتشرب الخبز مع اضافة كمية من البهريز كلما احتاج الامر .

٣ - قشرى الثوم ويدق ثم حمريه فى السمن وأضيفى جزءا منه الى الفتة وتقلب واحتفظى بالباقى لرشه على السطح .

٤ - عند التقديم تغرف الفتة فى طبق صينى عميق ويغطى سطحها بطبقة من الارز المفلفل الساخن ويرش فوقه باقى الثوم المحمر وتقدم ساخنة ، وقدمى معها قطع اللحم المسلوقة بعد رشها بقليل من الملح والفلفل والبهار .

## صنية لحم المفرومة

### المقادير :

١٥ رطل لحم ضأن من الفخذة مفروم - ربع رطل من لية الخروف - ملح - فلفل - بهار - بصلة متوسطة - رأس



# كفتة الطرب

المقادير :

- ١ - خذى قطعة لحم من الفخذة خالية من الدهن وزنها على حسب عدد الاكلين .
- ٢ - افرمها فرما ناعما مرتين أو ثلاثا وافرمل معها قليلا من المقدونس .
- ٣ - تبليها بقليل من عصير البصل والملح والفلفل والبهار .
- ٤ - شكلها على شكل أصابع غليظة نوعا ثم لفى كل واحدة فى قطعة من الطرب وهو المعروف « بمنديل الخروف » لفا جيدا محكما .
- ٥ - قرب موعد الاكل حمريها فى السمن المقدوح لمدة ٣ دقائق ثم هددى النار وغطى الاناء ويترك ليتم تحميرها فى السمن على النار الهادئة .
- ٦ - تنشل من السمن وترص فى أطباق مزخرفة بالمقدونس وتقدم ساخنة .

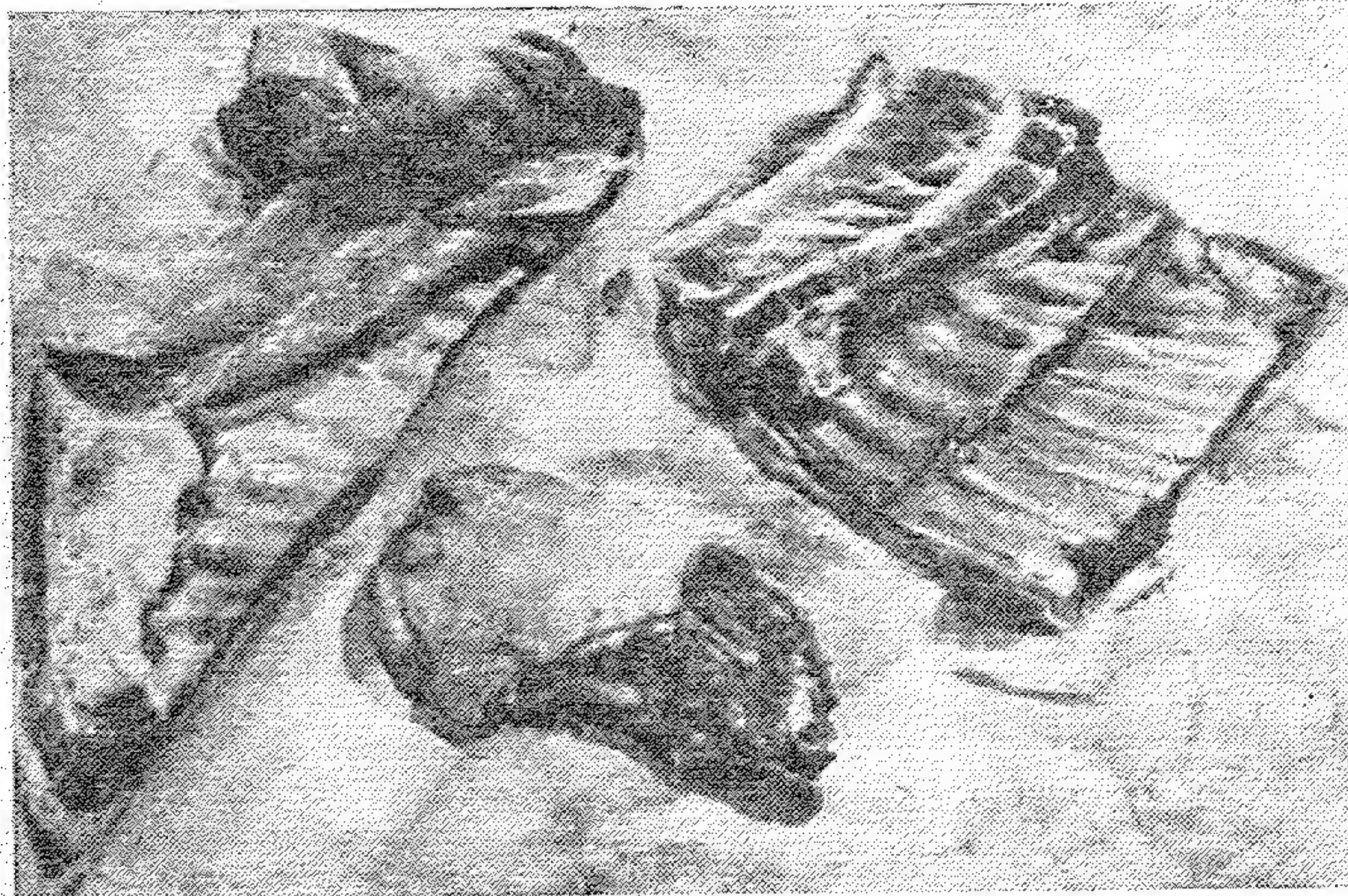
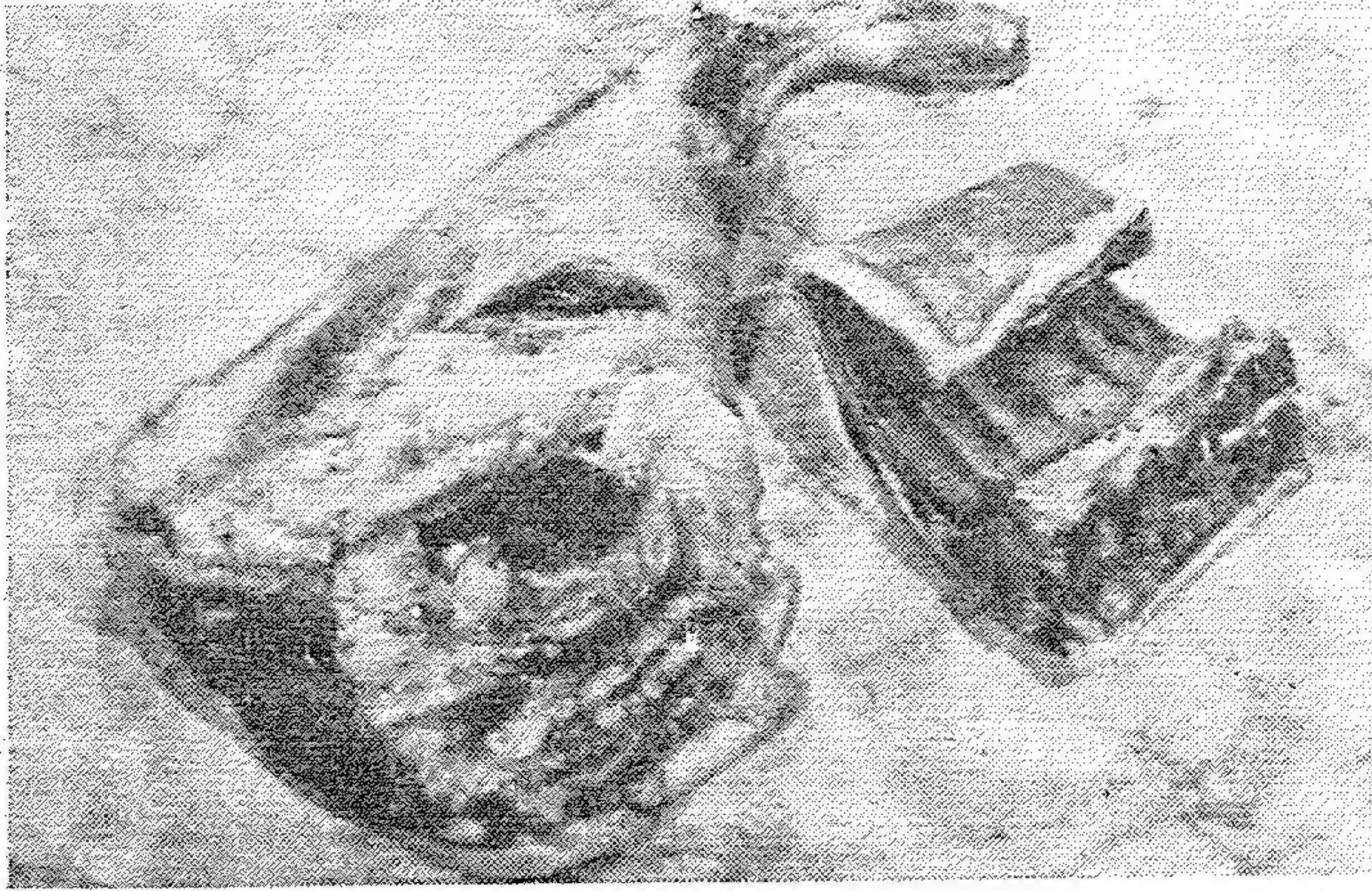
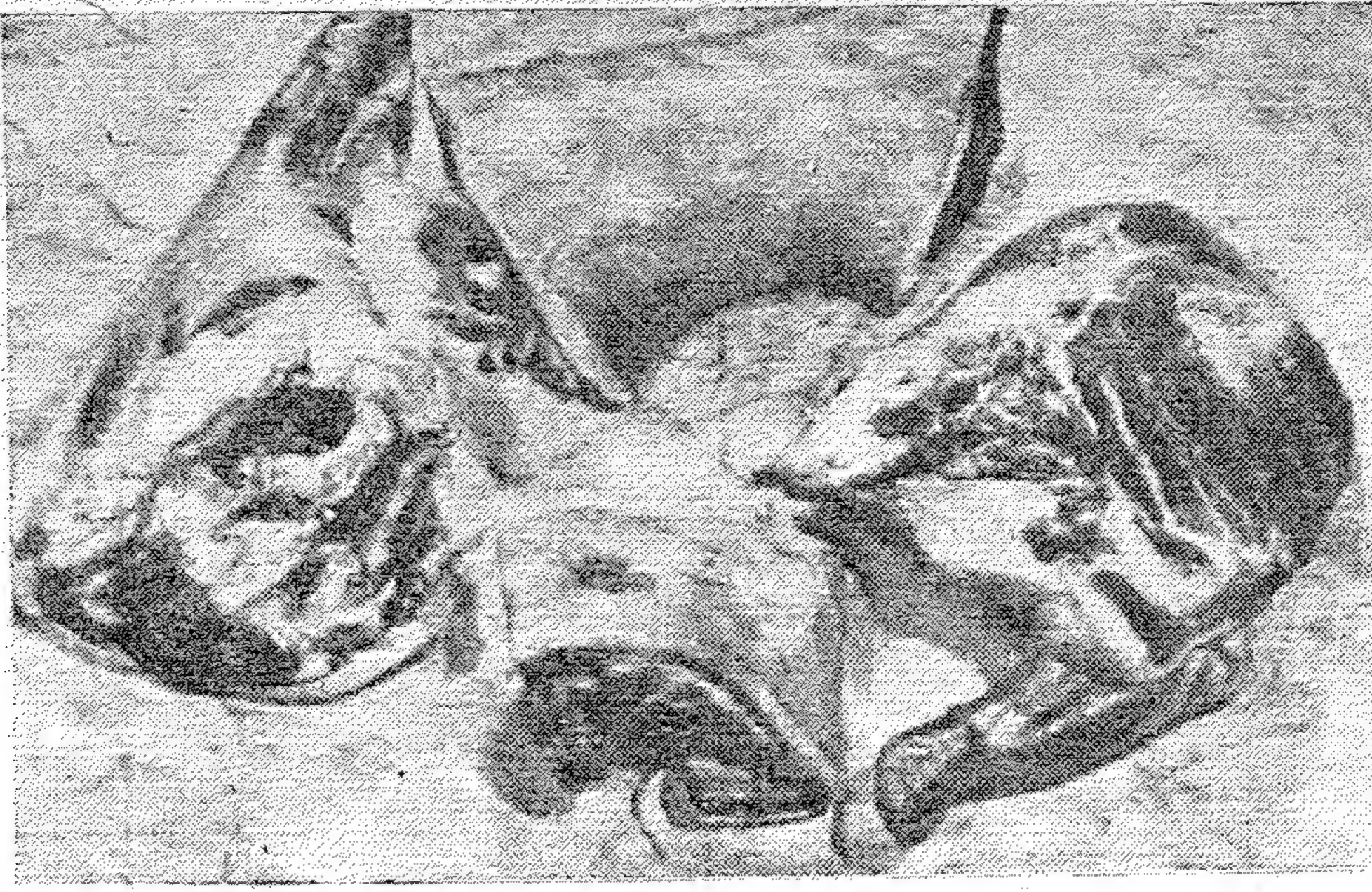
## لحم الروستوبالفرن أو رابورالغاز

الكتف أو فخذة الخروف

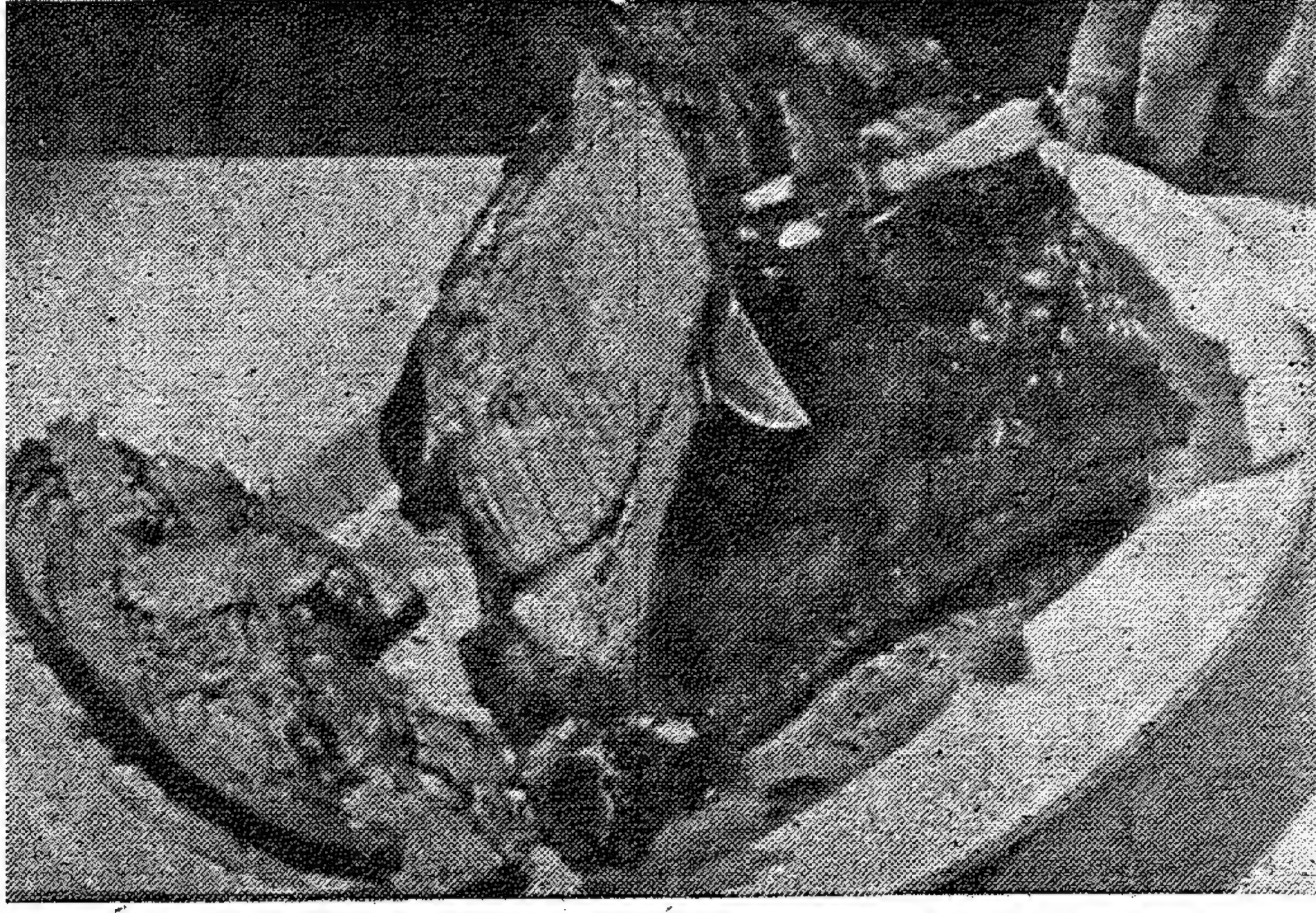
المواضع التى يختار منها اللحم الروستوبالفرن بالصور الأربعة المنشورة الى اليسار

- ١ - وتعمل عادة صحيحة وتطهى اما فى الفرن أو على وابور الغاز . فتغسل فخذة اللحم أو الكتف ويجفف جيدا ثم يتبل بالملح والفلفل ويرش عليه قليل من عصير البصل ثم يوضع فى صينية وفوقه كمية من السمن ثم يدخل فى فرن ساخن جدا لمدة عشر دقائق مع عدم فتح الفرن عليه حتى تتجمد الطبقة الزلالية السطحية على اللحم ثم هددى النار واتركى اللحم داخل الفرن حتى ينضج مع ملاحظة فتح الفرن من حين لآخر ورش اللحم بالسمن الموجود فى الصينية وذلك للمحافظة على ليونته ، واتركيه المدة اللازمة لنضجه واحذرى أن تتغالى فى ترك اللحم فى الفرن لان زيادة مرحلة النضج قد تفقده العصارة الغذائية وطعمه اللذيذ وتجعله جافا ، ولمعرفة نضج اللحم - اغرسى سكين رقيق فى وسط قطعة اللحم الى مسافة عميقة ثم انزعها ولاحظى العصارة المنبثقة فإذا كانت حمراء دلت على عدم نضج اللحم ، وإذا كانت صفراء دلت على نضجه ، وإذا لم يظهر له عصارة دليل على زيادة النضج عليه وجفافه .

- ٢ - أما الروستوبالفرن على وابور الغاز فتحضر اللحم كالمسابق ثم تحمر فى سمن مقدوح داخل حلة كبيرة حتى تحمر من جميع جهاتها ثم صبى عليها قليلا من الماء الساخن وغطى الحلة وهددى النار وتترك لتنضج ببطء مع إضافة الماء كلما احتاج الامر ويختبر نضجها كما سبق .







### تقديم اللحم الروستو :

تقدم الفخذة أو الكتف كما هو ساخنا في طبق صيني كبير مستطيل ويقدم حوله البطاطس المحمر والخضر السوتيه أو يقدم باردا ويقدم معه السلطة الخضراء وتقطع اللحوم الروستو على المائدة الى شرائح رفيعة مع استعمال شوكة وسكين حاد كبير كما هو موضح بالرسم .

## مقطع اللحم البارد

### المقادير :

مقطع لحم من الفخذة وزن ٣ أو ٤ أرطال - جزرة كبيرة  
حزمة كرفس - بصلة كبيرة - ملح وفلفل وتوابل - سمن

### الطريقة :

اغسل اللحم وجففيه .

١ - افردى مقطع اللحم جيدا بالسكين الحاد ، ثم لفه لفا محكما على شكل اسطوانى واربطيه بدوارة حتى يحتفظ بشكله ثم تبليه بالملح والفلفل والبهار وعصير البصل .

٢ - حضري الخضر بغسلها وتقطيعها الى شرائح .

٣ - اقدحى السمن فى حلة كبيرة ثم حمري فيه قطعة اللحم حتى تحمر احمرارا خفيفا من جميع جهاتها ثم انشليها من السمن وشوحى الخضر فى السمن ثم افردوها فى الحلة على شكل وسادة ، وضعى فوقها مقطع اللحم السابق تحميره .

٤ - اضيفى قليلا من الماء المغلى وغطى الاناء وهدئى النار واتركى اللحم حتى ينضج تماما مع اضافة قليل من الماء كلما احتاج الامر .

٥ - عندما ينضج ينشل من فوق الخضر ويلف فى ورقة شفاقة مدهونة بالسمن ويترك فى الثلاجة حتى يبرد ثم تفك الدوارة .

٦ - عند التقديم ضعى مقطع اللحم فى طبق صيني مستطيل ويقطع بسكين حاد جدا الى شرائح رفيعة كما هو موضح بالرسم . وقدمى معه سلطة خضراء .

يمكنك تقديمه ساخنا وفى هذه الحالة قدمى معه بطاطس محمرة وضعى اللحم فى طبق مستطيل ثم صبى حوله صلصة الخضار المتخلفة من الطهى بعد مرسها وتصفيته من منخل سلك واطعمة قليل من الماء اليها ، صبى جزءا قليلا من هذه الصلصة حول اللحم وقدمى الباقي فى قارب الصلصة



تركيب مواير لتوصيل ماء الشرب  
فى القرى لتحسين مستوى حياة الفلاح  
وتقدمه الاجتماعى

منتجات من الاسمنت المساح وغير  
المساح .. مواير - اعمدة ... الخ .

الاسبستوس الاسمنت



# فتنة الشوكولاتة والرقصة

تتلقاها الأم من أبنائها  
حين تقدم لهم الحلوى  
مصنوعة بالنباتى الفاخر الممتاز

## نباتى السبع

أحدث ابتكار لنايف عماد

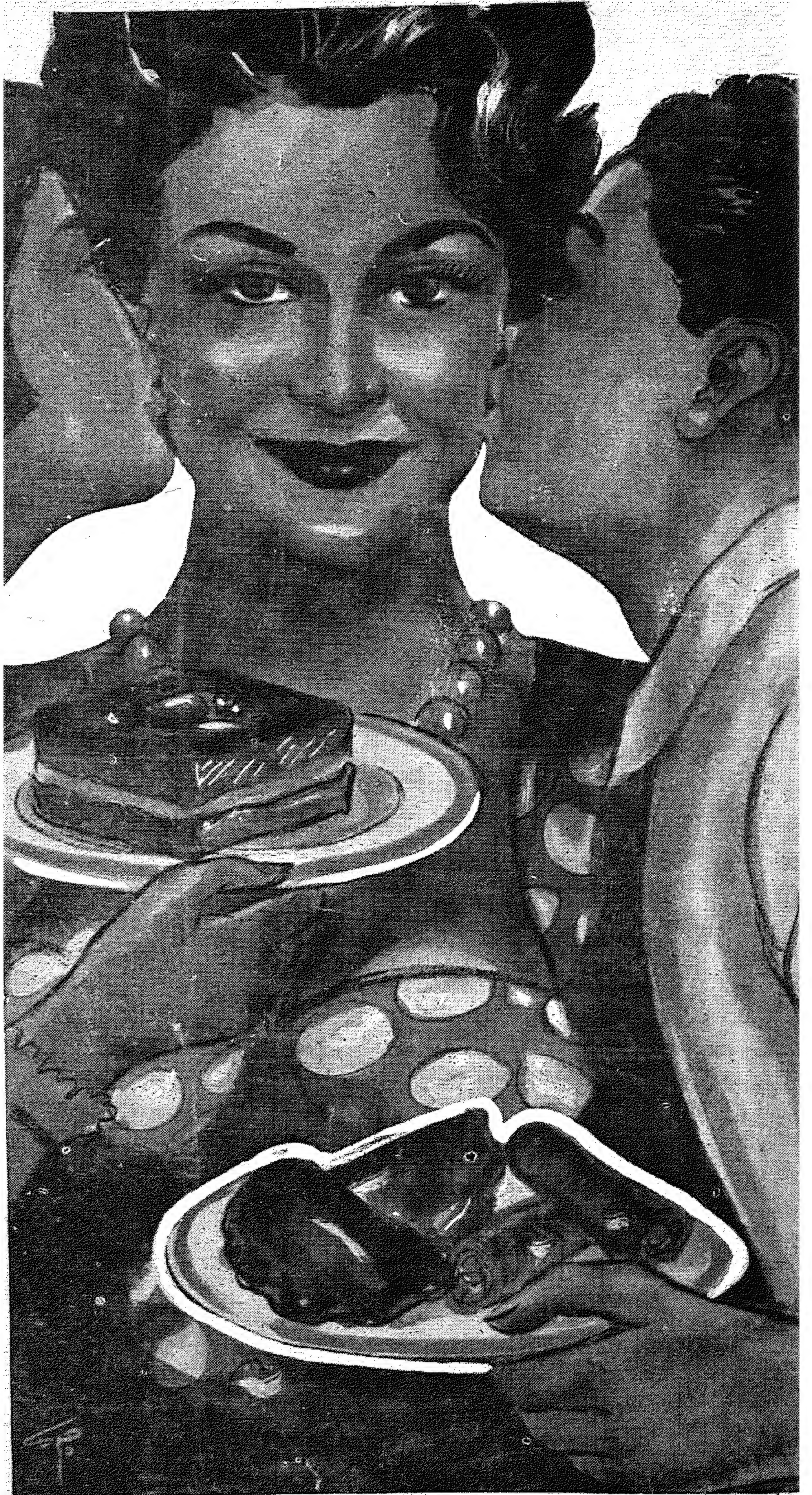


انتاج

شركة مصانع الزيتون والصابون

(نايف عماد سابقاً) ش.م.م.

المركز الرئيسى: طنطا: ت ٣٣٠١ - ٤٩٧  
القاهرة: ت ٢٥٤١٠ - الإسكندرية: ت ٢٦١٥٩





# اسجقت ..

ويمكنك عمله لغرض حفظ مقدار من اللحم الزائد عندك واستعمليه بعد أيام فى عمل أطباق متنوعة منه .

## المقادير :

رطل لحم أو مقدار اللحم الزائد عندك وترغبين فى حفظه - ملعقة صغيرة ملح - ربع ملعقة شاي بهار وقليل من الفلفل - ربع ملعقة شاي قرفة مسحوقة .

## الطريقة :

١ - افرمى اللحم فرما ناعما ثم اخلطى عليه التوابل وافرمىها جيدا .

٢ - اغسلى أمعاء الخروف الدقيقة وجففها بفوطة وعلقها فى الهواء لمدة قصيرة حتى تجف نوعا .

٣ - املئى الامعاء باللحم ويستحسن استعمال القمع الخاص بذلك ولا حظى ترك فراغ فى الامعاء بين كل مسافه وأخرى حوالى ١٠ أو ١٢ سم ثم ابرمى هذه المسافات كما تلاحظين فى السجق الجاهز .

٤ - يعلق فى الهواء فى مكان رطب بعيدا عن الحرارة .

٥ - استعمليه عند الطلب بتقطيعه الى القطع المناسبة وحمريه فى السمن ويقدم مع بطاطس أو مع بيض مقلى فى السمن .

## طريق تحضير الخضار باللحم جونج

إذا أردت أن تحضرى طبقا شهيا لذيذا باللحم « جونج » مع أى نوع من أنواع الخضار البطاطس مثلا أو الباذنجان أو الفاصوليا أو اللوبيا أو السبانخ أو الخرشوف أو أى صنف آخر من أصناف الخضار أو المكرونا أو الارز فاتبعي التعليمات الآتية :

١ - حضري الخضار كالعادة مع استعمال الطماطم أو الصلصلة .

٢ - قبل نضج الخضار تماما أضيفى اليه اللحم الموجود فى علبه « جونج » واتركى الجميع على النار لمدة دقيقة واحدة ثم أطفئ النار .

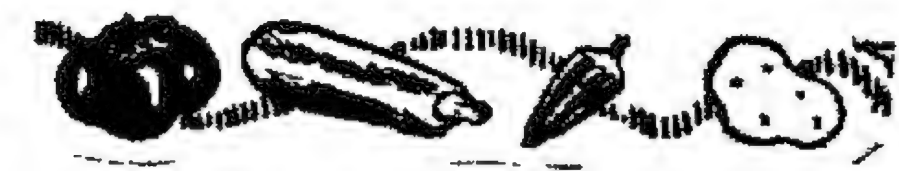
٣ - بهذه العملية تجدين لديك طبقا لذيذا شهيا ممتعا من لحم جونج بالخضار .

٤ - وعلى جمال هذا الطبق الشهى فانه لا يكلف ربة البيت كثيرا من النفقات فعلبه لحم « جونج » إذا أضيف الى نصف كيلو من الخضار تكفى لغذاء أربعة أفراد .

علبة اللحم « جونج » رخيصة الثمن شهية لذيدة الطعم فضلا عن أنها تجمع كل مميزات اللحم الطازج ومعبأ على أنه مطبوخ وما عليك الا تسخينه فقط .

جربى وأنت واثقة لحم « جونج » مع جميع أنواع الخضار لتحصلى على أكلة شهية قليلة النفقات كثيرة الفائدة .

## طعام فى يوليو



### الأحد أول يوليو

أرانب محمرة ، ملوخية ، دمنة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة



### الاثنين ٢

بادنجان مقلى ، سلطة زبادى بالخيار ، بادنجان بصلصة الخل والتوم ، فاكهة



### الثلاثاء ٣

فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



### الأربعاء ٤

كفتة اللحم ، ورق عنب محشو ، سلطة زبادى ، كوسة مكمورة ، فاكهة



### الخميس ٥

ترلى ، مكرونة اسباجتى ، سلطة خضار ، فاكهة



### الجمعة ٦

باميا مكمورة ، لحم بوفتيك ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



### السبت ٧

مسقعة بادنجان بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة زبادى ، فاكهة



### الأحد ٨

كباب حله ، كوسة مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



### الاثنين ٩

فاصوليا جافة مكمورة بدون لحم ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



### الثلاثاء ١٠

كفتة بالدمنة ، صينية بادنجان بالبشامل ، مكرونة سلطة خضار ، فاكهة



### الأربعاء ١١

لوبيا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، مهلبية



### الخميس ١٢

بوفتيك بالبيض والبقسماط ، باميا ويكة ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة



### الجمعة ١٣

بطاطس مكمورة بدون لحم ، مكرونة اسباجتى ، سلطة خضار ، فاكهة



### السبت ١٤

صينية البادنجان بالبشامل ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

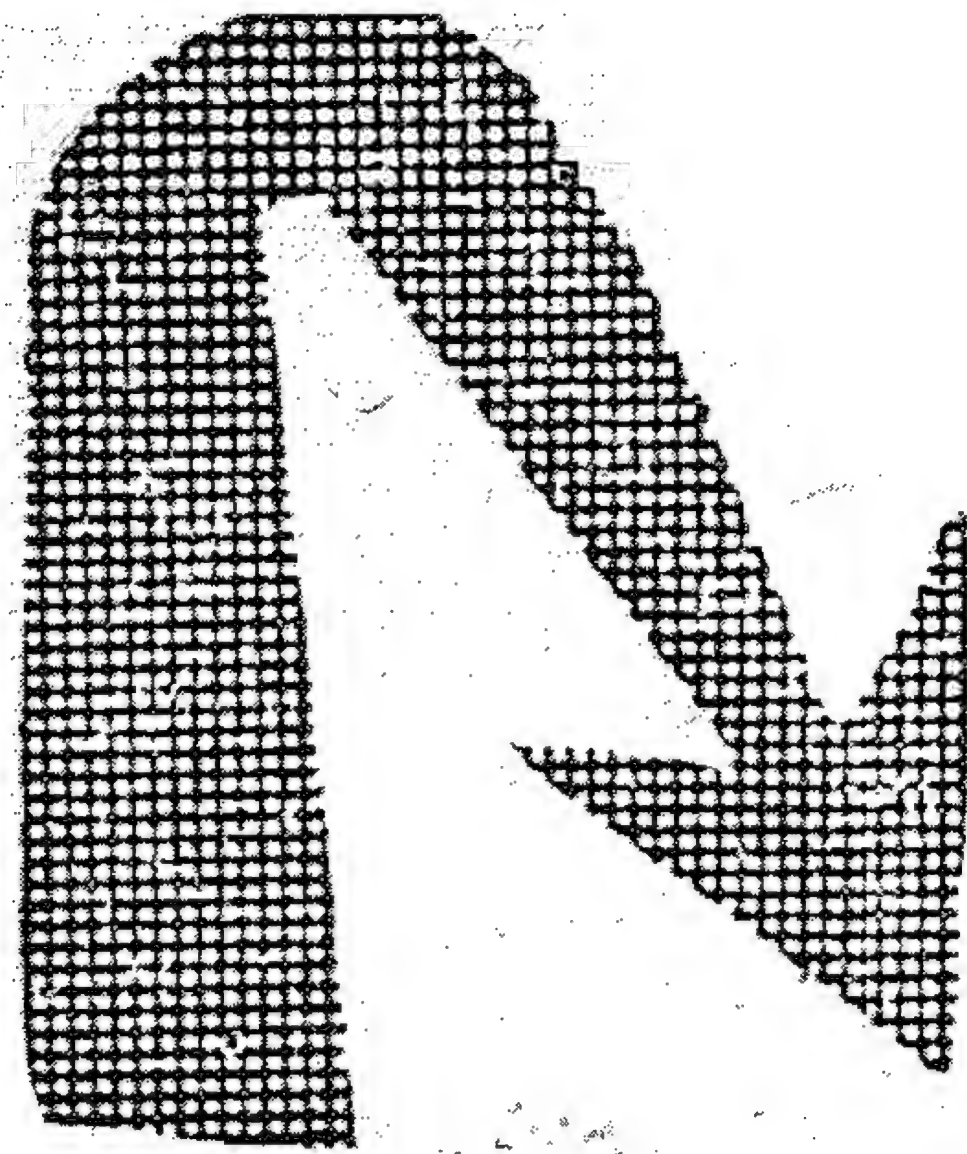


### الأحد ١٥

كفتة اللحم بالدمنة ، صينية المكرونة بالبشامل ، سلطة خضار ، فاكهة



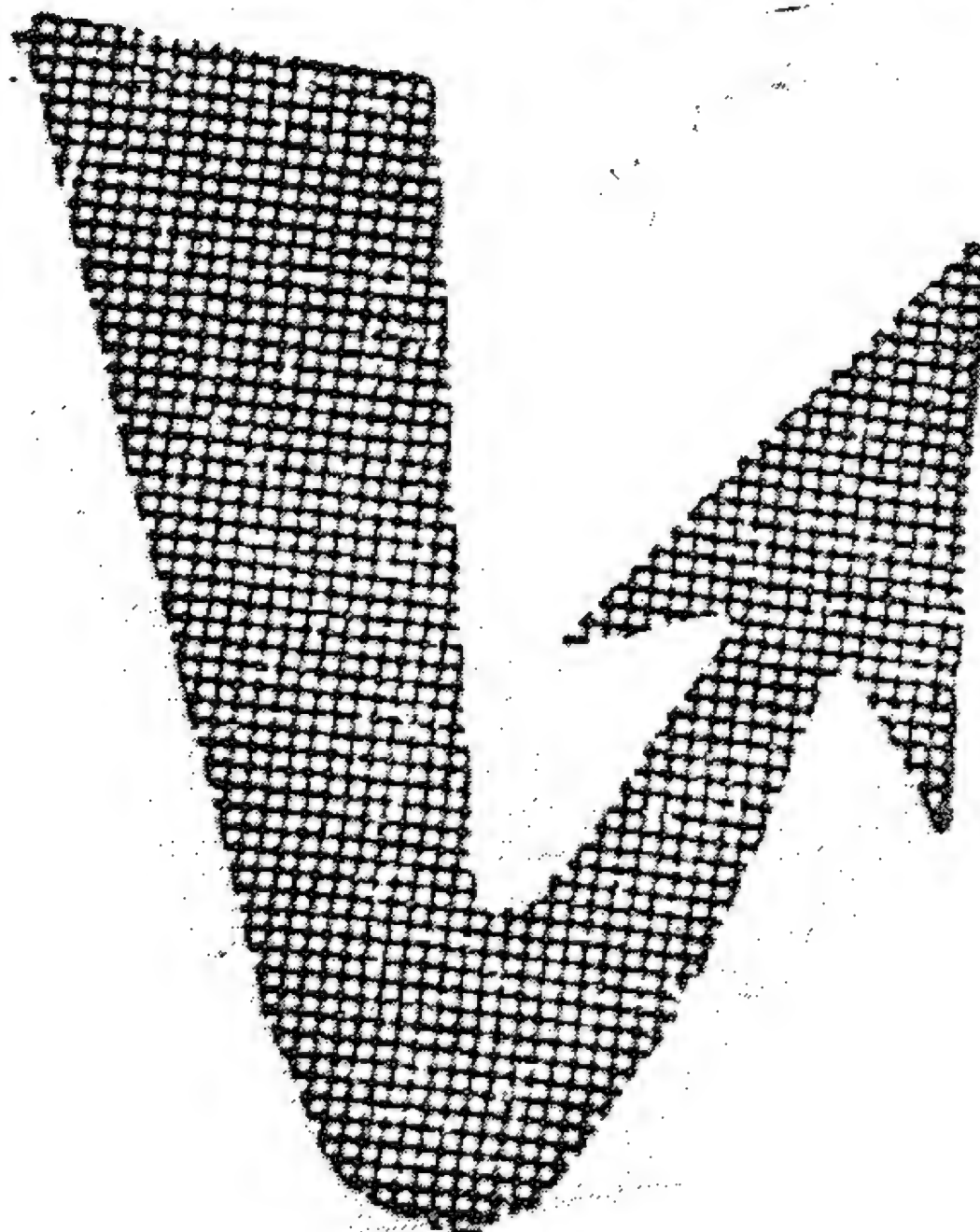




برو كلاكس



النيكولاثة الملية زان الشهرة العالمية





لن اغادر القاهرة السي  
الخارج .. خارج حدود مصر  
مثلما يفعل الموسرون الذين  
اعتادوا الا يروحوا عن  
انفسهم الا خارج الحدود ..

ولن اغادر القاهرة السي  
الاسكندرية ، ولا الى رأس  
البر ، ولا الى مرسى مطروح  
ولا الى بلطيم ولا السي أي  
شاطيء من شواطئ بحرنا  
العظيم الواسع الممتد شرقا  
وغربا .. كهؤلاء الذين لا تكاد  
شمس الصيف تدق على  
ابوابهم المغلقة حتى يعجلوا  
فيجمعوا انفسهم ويتركوا  
القاهرة هربا من الشمس  
ومن الحرارة ومن الصيف  
.. ليجدوا متعتهم هناك عند  
الشاطيء العريض الهاديء  
الصاحب في آن معا .. !

#### شاطيء النيل ..

الشاطيء؟! ان شاطئ  
النيل الجميل الطويل الممتد  
يفوق الان جماله في عيني كل  
شيطان الدنيا مجتمعة ..  
وان كورنيش النيل النظيف  
البديع المنسق ليعبث في  
النفس الراحة والاطمئنان  
.. وان ساعة واحدة من  
ساعات الغروب الساحر عند  
ضفتي النيل الخالد لتفوق  
عندي ساعات اليوم مجتمعة  
في أي مكان آخر .

#### مع الفجر ..

ومع خيوط الفجر الاولى  
.. قبل ان تطلع الشمس  
فتملأ الدنيا نورا وحرارة ..  
تعال في جولة هادئة على  
شاطيء نيلنا العظيم .. في  
طلوع الشمس على خضرة  
الضفتين وبريق اشعاعاتها  
الذهبية في أسنة الاشرعة  
البيضاء المتناثرة هنا وهناك  
على صفحة مائه الزرقاء !

#### ليالي القاهرة

الكازينوهات التي تحيل  
ليل القاهرة على الشاطئ  
رقصة دائمة متصلة ولحنا  
مستمرا ..

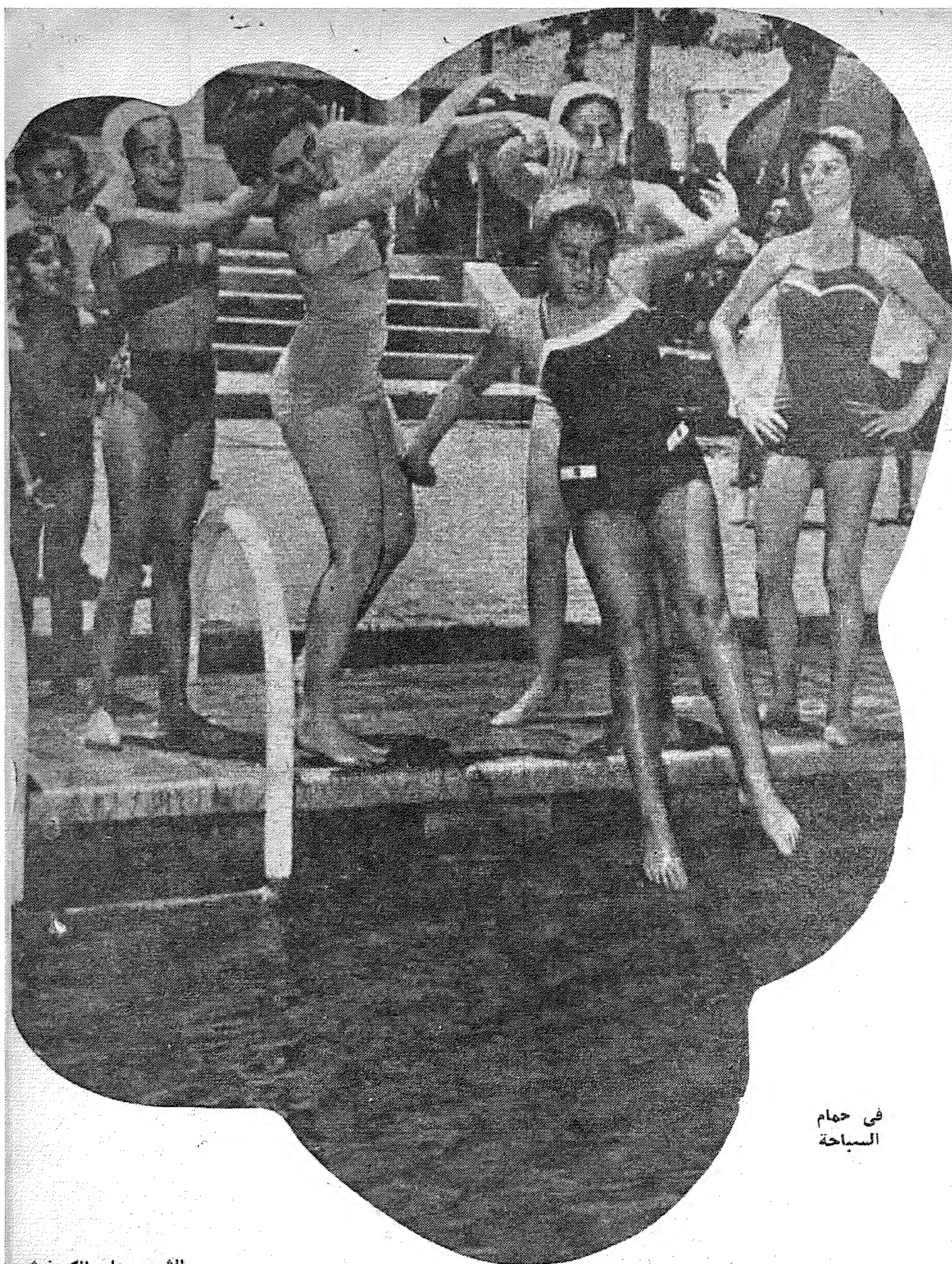


نعم .. ان حر هذه الايام لا يطاق ان الدم يغلي في عروقي .. والشمس تكاد  
تصهر رأسي .. وأذهب الى عملي وأعود من عملي الى منزلي وأنا غارق في بحر من عرق  
الصيف الخائق .. ولكنني - أؤكد لكم ! أنني لن اغادر القاهرة !



على النيل الساحر .. كازينوهات ..





في حمام  
السباحة

ملاهي العاصمة .. لا على  
الشاطئ وحده ، ولكن  
ايضا في الجزيرة والحلمية  
والهرم ومصر الجديدة وفي  
كل مكان .. ليست شيئا  
جميلا حقا وجديرا بأن  
يستغنى بها الانسان عن  
الملاهي في اي بلد اخر ..!

#### تقدم مستمر

وستمضي القاهرة في  
التقدم حتى تكون بحق  
عروس الشرق .. تلك  
العاصمة العظيمة التي تتعلق  
بها القلوب ولا يفضل عليها  
الناس اي بلد اخر

#### مضيف الشرق

ستكون بعد حين غير بعيد  
- وقد اصبحت فعلا -  
مضيف الشرق الجميل ،  
وكعبة الراغبين في الراحة  
والمتعة والهدوء

لن اغادر القاهرة هذا  
الصيف ، وفي الصيف القادم  
هل تقضي الصيف هنا ..  
ام انك من الباحثين عن  
المتاعب .. والراغبين في  
تحميل انفسهم مالا طاقة  
لهم به لا شيء الا يقولوا  
انهم غادروا القاهرة لقضاء  
الصيف في هذا البلد أو ذلك  
البلد من بلادنا المصرية أو غير  
بلادنا المصرية من بلاد الله ؟!

الصيف في القاهرة ، قريب  
من مصالحنا ومن اعمالنا .. دون  
انزعاج ودون نفقات .. وساعوض  
متاعب النهار بساعة اقضيها على  
شطان النيل الجميل ..

« ي . فهمي »

الشعب على الكورنيش



أنهكه الحر فاخذ له تسمية







تفضل معنا .. ( للمصور حسيب )

\* \* \*

• لأول مرة غنت أم كلثوم للملحن الشاب محمد الموجي نشيد «الجلال» نظم الشاعر أحمد رامى .

ومما يجدر ذكره .. انها منذ عشر سنوات لم تقن فيها الا للملحن واحد هو رياض السنباطى ، بعد خلافتها مع الملحن المعروف ذكرى احمد .

• مما هو جدير بالذكر فى نتيجة مسابقة ( رمضان كريم ) التى اذيعت طيلة شهر رمضان الماضى ، ان الفائزين بالجوائز الاولى سيدات وأنسات وكان عدد الردود ٢٥ ألفا منهم حوالى ١٧٠ ردا صحيحا

• ينتظر ان تبت مصلحة الفنون فى امر تعيين مدير جديد للفرقة المصرية الحديثة بعد عودتها من رحلتها فى بعض الاقطار العربية والمدير الجديد رجل محابى لا يشتغل بالتمثيل او الاخراج ..

• للمثال السجيني تمثال « أم صابر » شهيدة القنال . وقد اشتركت به مصر ضمن مجموعاتها التى ستعرضها فى جناحها الخاص فى أكبر معرض عالمى للفنون ببييناى فهنسيا الذى تشترك فيه اكثر من ٣٠ دولة ..

• يقام بالقاهرة لأول مرة فى شهر اكتوبر القادم مهرجان السينما الروسى حيث يقدم الاتحاد السوفيتى اكبر انتاج سينمائى يستمر اسبوعا كاملا بدار سينما اوبرا

# مواقف



نجيب الريحاني  
ذكره السابعة

ام كلثوم  
رابعة العدوية

بولجانين  
الافلام الروسية

• احتفل فى الشهر الماضى بالذكرى السابعة للمغفور له نجيب الريحاني حيث ألقى بعض الكتاب والشعراء والمهتمين بشئون المسرح كلمات مناسبة ثم قدمت فرقة الريحاني بعض فصول من مسرحيات اشتهر بها المحتفى بذكره . واختتم الحفل بكلمة رقيقة القاها الاستاذ بديع خيرى زميل الراحل الكبير .

• لأول مرة تشترك ام كلثوم فى برنامج شادية السماء بالاذاعة فى اوبريت عن « رابعة العدوية » به ستة الحان للسنباطى والطويل والموجى يشترك فى تمثيله بعض كبار الممثلين ومن اخراج عثمان ابازة .

وينتظر اذاعته فى ٢٣ يوليو الحال .



لوحة فنية رائعة .. للفنان العالمى ومبرانت



يعانى الادب اليوم محنة كبرى ومصدر هذا العناء ادعياء الادب الذين صعب عليهم فهمه وعز عليهم استيعاب فنونه أو جانب منها فراحوا يهاجون الادب باسم التجديد وراحوا يسترون ضعفهم بما ينادون به من ضرورة التحلل من الادب القديم والاتجاه الى ادب جديد .

والادب الجديد فى نظرهم هجر للاسلوب الراقى والمعانى الفريدة وهجر لاختيار الالفاظ الجميلة المعبرة وهجر لقواعد اللغة وهجر محاكاة البلاغ وهجر لاوزان الشعر والقافية والروى .

وأنا لا أدري ماذا بقى للاداب بعد ذلك حتى يسمى ما ينادون به ادبا جديدا وما الفارق اذن بين اسلوب العامة واساليب الادباء .

الادب ككل فن له أصول وقواعد لا يمكن اهمالها واغفالها فالفنان يبتكر ويجدد ولكن مع مراعاة شئ هام هو أصول الفن وقواعده فاذا أغفل هذا الجانب كان عمله شيئا اخر غير الفن والمهندس يبتكر ويجدد ولكن مع مراعاة أصول الهندسة وقواعدها فاذا أهمل هذا الجانب ذهب جهوده هباء .

والناس يبتكرون ويجددون ولكن مع مراعاة الذوق العام فاذا لبس واحد منهم البنطلون مكان الجاكته أو لبس القميص فوق الجاكته فهل هذا يسمى تجديدا يقصره الذوق والعرف العام والقواعد المقررة ؟

الحق ان كل ما يجافى الذوق وأصول الفن والقواعد المقررة فى كل شئ فى الحياة يكون نصيبه الاهمال ومصيره الفناء .. والادب ككل شئ فى الحياة له أصوله وقواعده اذا أهملها الاديب فى تجديده وابتكاره كان عمله شيئا اخر غير الادب ولا يمكن أن يسمى ادبا .

« ع »



## الأيدي البيضاء للأساذ يوسف فهمي

كم من السنوات مضى منذ خطت السينما خطواتها الأولى ؟  
كم من السنوات مضى منذ كان الفيلم المصري طفلاً يعبو ؟  
إذا كنا نستطيع عد السنين ، فإننا لن نستطيع عد اللجان التي  
شكلت واللجان التي اجتمعت واللجان التي انفصت لتبحث مشكلة  
السينما المصرية ومشكلة الفيلم المصري ... دون ان تصل الى  
نتيجة ...

بعد كل هذا العمر الطويل نبدأ من جديد في هذه اللجان وهذه الاجتماعات التي لن تنتهي قبل أن تكون والتشخيص !



جينا لولو بريجيذا  
صاحبة الوجه الفاتن في التصوير !

السينما المصرية بين كل هذه اللجان « الروتينية » والبحوث والمناقشات تحتضر .. ترى من لها ينقذها ويعالجها من كل النواحي بيد الجراح الحاسمة قبل ان تموت ..

بعد هذا العمل الطويل في حياة السينما المصرية نبدأ من جديد في تشكيل اللجان وعقد المؤتمرات وتكرار الاجتماعات للبحث والدرس والفحص والتشخيص .. كأن الفيلم المصري مريض بمرض مجهول احتار في معرفة دائه ووصف العلاج اللازم له كل « كونسولتو » اجتمع في هذه السنوات العديدة الطويلة التي مرت من قبل .. !!

بعد كل هذا العمر الطويل نعود الى سياسه اللجان والمؤتمرات التي أضرت كل اصلاح وعقدت كل سهل !

بعد كل هذا العمر الطويل تبدأ مجموعة أو أكثر من الناس في الجلوس على مقاعد مريحة لمناقشة موضوع الفيلم المصري والسينما المصرية .. والجالسون على المقاعد المريحة هم أبعد الناس عن فكرة الفيلم المصري وموضوع السينما المصرية لسبب بسيط هو أنهم لم يشاهدوا في حياتهم فيلماً مصرياً واحداً ولم يخبروا من قبل حقيقة العمل في ميدان السينما المصرية !

ولكن هذا الاسلوب العتيق لن يستمر في حياتنا الحاضرة الثائرة على الاوضاع الروتينية العتيقة .. لن يستمر في السينما المصرية كما لم يستمر في مختلف ميادين النهضة والاصلاح .. وستنفض السينما المصرية عن نفسها غبار الخمول لتسير في موكب النهضة الحديثة لا كفن من الفنون فحسب ، ولكن كأساس أيضاً من أسس التقدم المنشود ..

أما المرض المعروف وأما العلاج فهو صوف ... المرض في كلمة « طفيل » .. والعلاج في كلمة « تطهير » .. ماذا بقي اذن ؟ بقيت اليد الحاسمة التي تقوم بخطوة عاجلة وفي غير تردد بعملية البتر لتطهير صفوف السينمائيين من الدخلاء وادعياء الفن من شركات الانتاج الوهمية والعناصر الفاسدة الذين يسيئون الى هذه الصناعة .. ويعرقلون الارتفاع بالمستوى الفني للمشتغلين بالسينما في مصر .. بحيث لن يسمح الا لصحاب الاهلية الفنيّة بالعمل في هذا الميدان الكبير وعلى الحكومة ان تساهم في انهاء السينما باستخدام الخبراء وايقاد البعثات وفتح اسواق خارجية للفيلم المصري في الشرق والغرب

أما اللجان وأما الاجتماعات وأما الجلسات التي لا تفرغ ولا تنتهي .. فقد فات اوان عملها واسلوبها منذ عهد بعيد ..

يوسف فهمي



# أسماء الفائزات بهذا بنت النيل

هدية فاخرة  
تقدمها لك  
"بنت النيل"  
مجانيًا

اكتب اسمك  
وعنوانك

على هذا الكوبون  
لتفوزي بأحد أهداياها

آخر موعد  
لإرسال الكوبون  
يوم ١٥

كوبون لهذا بنت النيل

الاسم .....

العنوان .....

الفائزات من خارج  
القاهرة يرسلن للمجلة  
طابع بريد بخمسة قروش  
لإرسال الهدية اليهن

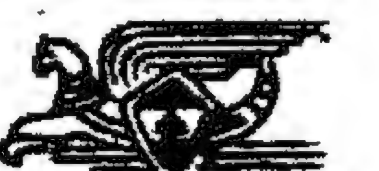
الفتاح موافى بسواحل ابو  
قير - حافظة احمد الحماقي  
بالمنصورة - الانسة عواطف  
سالم بالقليوبية - ملك  
الشتناوى بالمحلة الكبرى -  
سلوى سليمان محمد  
باسكندرية - ماري جرجس  
بالمنيا - هدى فهمى عبد  
الملاك بشبرا - حرم المهندس  
احمد الخفرجى بدمياط -  
امينة عبد الحميد موسى  
بالمنصورة - فوزية فهمى  
عبد الملاك بشبرا - وجيهه  
حسن عزب بطنطا - الانسة  
عفيفة عبد الخالق بأجيا  
دقهلية - حرم يس محمود  
عبد الحميد بخزان اسوان -  
فوزية اسماعيل ابو زيد  
بالاقصر - سامية محمود  
رضوان باسيوط - عائدة  
محمود حسن عثمان  
باسكندرية - ازهار عبد  
الحميد محمود دكرنس -  
زيزى عبد الوهاب الخولى  
بدمهور - نعمات كامل  
بالجيزة - حرم الدكتور  
ناروز باسوان - حرم  
ابراهيم حنا لبيب بالفشن -  
حرم سليمان محمد الشتوى  
باسكندرية - كوثر محمد  
ياقوت عباس باسكندرية -  
مادلين شنودة بالقاهرة -  
رجاء عبد اللطيف بابوتيج -  
رقية عبدالرحمن باسكندرية  
- حرم السيد يوسف  
سويحة بالسويس - اليس  
فهيم الفيوم - عزة امين  
الفندور باسكندرية - نعمات  
السيد عمران باسكندرية -  
رمزية كامل محمد بالسويس  
وداد سعيد عبد الله  
ببوسعيد - بلانش مسيحة  
وهبه بنى سويف - عايده  
سعيد على بالقناطر الخيرية  
مصر - مدام اسعد الفحرانى  
بجرجا - حرم نصيف  
شحاته باسكندرية - عائدة  
الحمامى باسكندرية

عبد الحميد بمصر - رجاء  
محمد بمصر - فوزية سليم  
بمصر - ماري لويس بمصر  
- جانيث مصيف بمصر -  
حرم فهمى عريان بمصر -  
ملك الابرار بمصر -  
عشماوى بك عبد الرحمن  
بمصر - السيدة مادلين  
حبيب ايوب بمصر - منيرة  
تادرس موسى بمصر - ناني  
الحامولى بمصر - الانسة  
عائشة رجب بمصر -  
عفاف حسين محمد على  
بمصر - عايده حلمى بمصر  
- سامية احمد بمصر -  
عليه محمد فرج بمصر -  
سلوى سعد عبد الحافظ  
بمصر - حرم عبد الرؤوف  
الطوانسى بمصر - انعام وهبى  
الشعراوى بمصر - جانيث  
زكى بمصر - ايجيت عقاد  
بالقاهرة - سهر حنفى  
محمود بالاسكندرية - حرم  
اسماعيل سامى بالاسماعيلية  
عائشة حسن عبد الله  
بالاسماعيلية - سامية بنوان  
بالاسكندرية - فتحية نصر  
بينها - رجاء احمد رضوان  
باسكندرية - حرم اسكندر  
حنا بالمنيا - درية مدعش  
بحلب سوريا - بولس  
جرجس بالمنيا - فاطمة  
محمد انعام بالاسكندرية -  
درية محمد لهيطة ببورسعيد  
- مدام سليم صادق  
بالزيتون - حرم الصاغ عبد

فاز بعلبة خميرة رويال  
بيكن بودر كل من السيدات  
والانسات :  
جوزفين فلسطين بشبرا -  
احمد محمد جاد ببولاق -  
الفت عباس حسن بالسيدة  
زينب - وليلى عبد المنعم  
حسين بالقلعة - محاسن  
احمد دسوقي بكوبرى القبة  
- عزيزة المصرى بمصر  
الجديدة - حرم الصاغ محمد  
على صدقي بالعباسية -  
نبيلة محمد ابراهيم بعين  
شمس - ت بلتاجى بمصر -  
السيدة استر جباى بمصر  
- لنده عبد العزيز احمد  
داود بمصر - فوقية عبد  
الحميد بمصر - عدلية قاسم  
محمد بمصر - مدام ماري  
سلامة بمصر - حرم الاستاذ  
شحاته كامل بمصر - درية  
عبد الحليم احمد بمصر -  
مدور اسكندر حنا بمصر -  
قوت القلوب محمد عبده  
بمصر - سوسن خليفة  
ابراهيم بمصر - بثينة احمد  
فؤاد بمصر - قدرية محمد  
كامل بمصر - شوقيه  
العلوى بمصر - حرم  
كرم توفيق بمصر - مشيرة  
صدقي بمصر - عطيات  
صليب مقار بمصر - ماري  
فريد فلتش بمصر - ناديه  
عبد العظيم بمصر - هدى  
شريف بمصر - حمديه فرج  
صالح بمصر - هدى عيسى



القاهرة : مدام سليمان باناس ٢ تلفون ٢٢٨٧٨ - ٢٢٨٧٩ - ٢٥٠١٥  
الاركان : شارع شريف رقم ٢٢ تلفون ٢٣٩٢٩ جميع مكاتبه السابعة المعتمدة







### أعرفي زميلاتك

- ◆ الأنسة سناء فتح الله
- ◆ بالسنة الثانية بقسم الصحافة
- ◆ تهوى قراءة الادب الانجليزي
- ◆ تعمل في قسم البحوث
- ◆ بدار اخبار اليوم
- ◆ أمنيته ان تصبح صاحبة دار صحفية كبرى

◆ أقيمت مسابقة بطولة جامعات الولايات المتحدة في ألعاب القوى ، وكانت نتائجها غداء دسما للجنة اختيار الفريق الأمريكي الاولمبي . وقد حطم كثير من الجامعيين أرقاماً محلية ودولية قياسية ، واختير فعلاً عدد من هؤلاء الجامعيين لتمثيل أمريكا في دورة ملبورن الاولمبية .

◆ تتراوح سن الجامعيين ، الذين يمثلون أمريكا في الدورة الاولمبية بين سن السادسة عشرة والثامنة عشرة .

◆ يعتبر ميدان الجامعات في الولايات المتحدة أخصب منهـل لأبطال أمريكا والعالم في ألعاب القوى والسباحة : ولا يقل نشاط ونتائج الطالبات في هذه الجامعات عن نشاط ونتائج الطلبة .

◆ أغلبية أبطال اليـسـابان الاولمبيين من طلبة الجامعات ، وقل أن تجد بطلاً بارزاً غير جامعي

الانسة عليه محمد علي : جامعة القاهرة

تقترح أن ينشأ ناد بكل كلية يجمع بين جميع وسائل التسلية ويظل مفتوحاً طوال العطلة الصيفية حتى لا تنقطع الصلة بين الطلبة وزميلاتها .



الانسة عنايات علي خليل : جامعة القاهرة

تقترح ألا تقتصر الدعوة في أسبوع شباب الجامعات على الشباب العربي فقط بل يجب أن توجه الدعوة الى سائر الشباب الجامعي في مختلف أنحاء العالم ، وتعتقد أنه بهذه الطريقة ستكسب مصر دعابة عظيمة في الخارج .



### نحن نقترح

نظمت تحت هذا العنوان كل شهر الاقتراحات والآراء التي ترد إلينا .. وبنت النيل تعلن ترحيبها بكل اقتراح وتعد بنشره ما دام في حدود القانون والنظام .. وترجو أن ترفق بالاقتراحات صور أصحابها لنشرها بجانب اقتراحاتهم ..



نحو جامعة الفصل  
وجهت مصر الدعوة الى ١٥٠ ألف طالب وطالبة من مختلف الدول العربية لحضور المهرجان الرياضي الذي سيقام في الاسكندرية بمناسبة أسبوع شباب الجامعات في ٢٦ يوليو الحالي .. واني أدعو كل جامعية وكل جامعي الى الاشتراك في هذا المهرجان سواء كانوا من الرياضيين أو من غير الرياضيين فان مجرد الاشتراك في هذا المهرجان فيه دعابة ضخمة لمصر في الخارج .. فان الاختلاط بالشباب العربي من ضيوف مصر والتحدث اليهم عن نهضة مصر .. والطواف معهم في أنحاء مصر حتى يقفوا على ما وصلت اليه من تقدم وحضارة .. كل هذا فيه مصلحة كبيرة لوطننا .. فأرجو أن يتسابق الجامعيون لتأدية هذا العمل الوطني الذي سوف لا يكلفهم أدنى مشقة أو تعب .  
سمير عبد القادر

### كلية الحقوق بجامعة القاهرة تفوز بكأس درية شفيق للصحافة الجامعية



اجتمعت لجنة الصحافة الجامعية بجامعة القاهرة واستعرضت صحف كليات جامعة القاهرة المتسابقة على كأس الدكتورة درية شفيق . وقررت منح الكأس لصحيفة رسالة الجامعة التي يصدرها اتحاد كلية الحقوق وفازت بالجائزة الثانية صحيفة اتحاد كلية قصر العيني والجائزة الثالثة صحيفة الهدف التي يصدرها اتحاد كلية الاداب . وكذلك منح خمس وعشرون جائزة أخرى لأصحاب البحوث والمقالات التحقيقات الصحفية الممتازة من بين طلبة وطالبات الكليات المختلفة . هذا وينتظر أن يعلن في أوائل العام الجامعي شروط المسابقة للعام الجديد بين الجامعات المصرية . ويرى في الصورة الدكتور هيكل وأعضاء لجنة التحكيم

◆ أصبح من المقرر أن يطبق نظام الدور الثاني ابتداء من هذا العام .. سيبدأ أولاً بتطبيق هذا النظام في الكليات النظرية ، ستعرض كل كلية لائحتها الداخلية على مجلس الجامعة التابعة لها لإقرارها .. من المنتظر أن تعرف كل اللوائح قبل نهاية الشهر الحالي .. سيكون موعد الدور الثاني في سبتمبر .. ويسمح بدخوله لطلبة السنة الثانية والرابعة مهما كان عدد المواد الراسب فيها الطالب .. أما السنوات الأخرى فيجب ألا يكون الطالب راسباً في أكثر من نصف مجموع مواد الفصل الدراسي الواحد حتى يسمح له بدخول الدور الثاني .

◆ قرر مجلس جامعة عين شمس إنشاء كلية للبنات بدلاً من معهد التربية للمعلمات ابتداء من العام الجامعي القادم . ومدة الدراسة أربع سنوات تمنح فيها ليسانس في الاداب والتربية والعلوم وبكالوريوس في التربية والاقتصاد المنزلي .

◆ يوجد لكل كلية وكل جامعة في أوروبا وأمريكا سجل للاقيسة الزمنية وغيرها في مختلف اللغات ، يرجع الى مولد الكلية أو الجامعة .



## خطاب الشهر

يقول زوجي أنني دائما أقابله بالتبؤيز والتكشير وأن هذا الامر يحيره لانه لا يرى سببا داعيا لذلك فهو يريد - كما يقول - أن يجعلني أسعد زوجة ولكني لا أمكنه من ذلك من كثرة التبؤيز . فأسأله عن السبب المباشر لهذا التبؤيز أسأله لم السهر في الخارج لساعة متأخرة من الليل ، ولماذا الشحط بدون أى سبب ثم أسأله لماذا لا ينتظر قليلا لاتمكن من سماع مايريد فاذا مااستوضحته ما يريد تار وأرغى وأزبد .

انه يعامل الجميع في المنزل معاملة الخدم ولا ينظر الى كربة منزل ولا كشريكة حياته انه انسان كنوم لا أود أن أصفه بأكثر من ذلك اننى أساعده في حل مشاكله وهو يداربها عنى كيف أضحك لانسان أشعر شعورا حقيقيا بأنه يهيننى أمام الاهل والاصدقاء .. اننى أعيش معه لاجل أطفال الصغار الذين هم في حاجة لرعايتي وحناني .

أنا لا أريد منه الا الاعتراف بحقوقى كزوجة فيحترمنى ويشعرنى بحنانه ويعرف مقدار زوجته وعند ذلك تذهب « تبؤيزتى » كما يقول وأشعر بالسعادة حقا .

ن ١٠ع - الزيتون

بنت النيل - تأملت عند قراءة خطابك لا عن اساءة زوجك اليك فقط بل على الاخص لما قرأته بين سطوره من حب يربط بين قلبيكما . وفي الواقع ان الامر لا يخرج عن سوء تفاهم بينكما نتيجة لاختلاف طباعكما وبعض من الكبرياء يخفى وراءه قلبا كبيرا عند كل منكما .

وأساس مشكلتك هو عدم محاولة أى واحد منكما فهم الآخر والوصول الى هذا التفاهم ليس امرا سهلا - ويتطلب كثيرا من اللباقة والصبر والايمان . وهذه الصفات تتحل بها المرأة فهي العنصر الحنون في الاسرة .

فابدئي أنت بالخطوة الاولى وحاولي تقرب المسافات بينك وبين زوجك فان في ذلك تلطيفا للجو وتبيد ما فيه من سحب .

حاولي ادراك رغبانه بسرعة وفهم افكاره حتى قبل أن يتكلم فالرجل ما هو الا طفل كبير اذا ماعامل بسياسة استعمل كل ما عنده من ذوق للرد بالمثل .

كوني مرحة حتى ولو أساء اليك فالمرح من اجمل طباع المرأة ومن اهم عناصر جاذبيتها . والمهم في كل ذلك ان تكوني صبورة حتى تصل لهدفك وثقي تماما ان انتصارك في هذه المعركة سينسيك كل ما تشكين منه وستصبحين من أسعد الزوجات واعلمى ان السعادة لا يمكن تحقيقها وتذوقها الا بعد كفاح سواء طال أو قصر .



### فكرة هائلة

يسرني أن أكتب لسيادتك وأنا أعلم تمام العلم أنك تفخرين دائما بكل مصرية تقتحم ميدان الحياة العامة وتساهم بمجهودها في بناء مروح هذا الوطن أدبيا واقتصاديا .

لدى يا سيدتى مشروع اعتزم تنفيذه بأمر الله تعالى وهو فضلا عن انه مشروع مثمر فانه سيساهم الى حد ما في التغلب على الازمة في ناحية من نواحي التموين كما أن حكومة الثورة تشجع دائما مثل هذا العمل وتنادى به الاذاعة دائما في ( ركن الريف ) .

هذا المشروع هو اقامة مزرعة نموذجية حديثة لتربية الدواجن في احدى ضواحي الاسكندرية الا أنى قد أحتاج الى مبلغ ألف جنيه أود اقتراضها من بنك الائتمان العقاري الذى أنشئ حديثا لمثل هذه الاغراض أو بنك التسليف الزراعى والتعاونى أو أى جهة أخرى لها فروع أو وكلاء بالاسكندرية يمكننى أن أقترض منها وعندي الضمان العقاري الكافى لمثل هذا المبلغ بمدينة شبين الكوم - منوفية



وكل مساعدة أرجوها من سيادتك في هذا السبيل هي اخبارى من أفضل جهة يمكننى أن أجا إليها لاقتراض هذا المبلغ وما هي

المشروع شيئا فشيئا بنماء الدواجن وتناسلها .

### لقمة هنية ..

ولدت سنة ١٩٢٩ لوالد لم يملك من حطام الدنيا الا مربيه ورزقي بعدى بثلاثة اولاد آخرين وكان جل همه أن يرى اولاده وقد حصلوا على قدر من الثقافة يكفل لهم عيشة أنعم ما عاشها هو وكنت برغم صغر سنى أشعر بهذا الامل ولكن القدر لم يمهله فاخطفه منا .. وأنا أكبر اخوتي لم أبلغ الحادية عشرة بعد وكنت قد حصلت على الشهادة الابتدائية ولن أقص كسم قاسينا وكم تعذبنا وكم جعنا وكم تمرينا ولكنى سأعرض عليك بأبجاز ما حققت في سبيل تحقيق أمل والدى . خرجت من المدرسة وبحثت عن عمل أى عمل من صبي في ورشة الى كاتب يومية في إحدى المصالح وهكذا علت اخوتي الواحد بعد الآخر وبعد خمسة أعوام عاد حنينى الى الدراسة فالتحقت بالمدرسة الليلية ثم الجامعة وحصلت

ويمكنك اقتراض المبلغ اللازم لك من أحد ( البنوك العقارية ) ولها فروع بالاسكندرية يمكنك الاستدلال عليها بكل سهولة . وعليك أن تتصل بالمختصين في هذه البنوك وتشرحي لهم مشروعك وما يلزمه من مال للقيام به وبيان ما عندك من عقارات بيانا دقيقا لضمان المبلغ الذى تودين اقتراضه وسيرشدونك للاجراءات الواجب عليك اتخاذها للحصول على القرض المطلوب .

وتسهلا لهذه المهمة نقول لك ان بنك (التسليف العقاري المصرى) يقدم الان سلفيات على عقارات ومركزه الرئيسى بمصر في شارع الشهيد المتفرع من شارع قصر النيل بالقرب من ميدان مصطفى كامل كما ان جميع شركات التأمين تقدم أيضا سلفيات على عقارات .

فاذا تعذر عليك الان عقد سلفة بسبب طول الإجراءات فأتى انصحك بالبدء في مشروعك صغيرا بساى مبلغ صغير ومع مرور الوقت يكبر

شروط الاقتراض اذ أن البنوك التى ذكرتها ليس لها أى فروع أو مكاتب استعلامات بالاسكندرية وما هي الاجراءات التى قد تتبع في مثل هذه الحالة وهل يمكننى تحرير طلب الاقتراض وارساله للبنك وتكملة الاجراءات التى تسبق الصرف وأنا بالاسكندرية ان لم يكن للبنك فروع أو وكلاء بالاسكندرية وان كان له فروع أو وكلاء بالاسكندرية أرجو ذكر عنوانها - كما أرجو ألا تبخل على بنت النيل بنصائحها الغالية التى قد تنفعنى عند القيام بمعبء هذا المشروع والذى ان تسم بأذن الله فسوف يكون مفخرة لكل سيدة مصرية .

ح ١٠ع -

### مشاركة ببنت النيل

بنت النيل - ان مشروعك مفخرة لكل سيدة مصرية وهو ان دل على شيء فانه يدل على تقدم المرأة المصرية وشعورها بكيانها كمصو عامل في مجتمع يتطور من يوم لآخر بسرعة فائقة .



## البحث عن العمل

( بنت النيل ) تساعدك  
في الحصول على العمل بنشر  
طلبك مجاناً في هذا الباب  
خدمة لك ولأصحاب الأعمال

عبد العزيز ابراهيم يوسف :  
بكالوريوس تجارة شعبية  
محاسبة

١٠ ش أحمد نجيب شبرا  
مصر نهاية التربة البوالة

نهي عبد الوهاب : حاصلة على  
التوجيهية تطلب عملاً كتابياً .

١٣ ش بونايرت مصر الجديدة  
سميرة شفيق : حاصلة على

التوجيهية ترغب في العمل  
كمسكينة أو أي عمل كتابي .

١٣ ش بونايرت - مصر الجديدة  
فاروق علي عبد الحافظ : حاصل

على اتمام الدراسة الثانوية  
القسم الخاص يعرض نفسه للعمل

١٦ ش محمود النراشي بالجيزة  
ليلي لويس جرجس : تطلب عملاً

أثناء اجازة الصيف منقولة الى  
السنة الثانية بالقسم العلمي

٣١٥ ش شبرا مصر بالقرب من  
تفتيش الري

انس ٢٠٠٠ : تحمل التوجيهية -  
تريد عملاً كتابياً .

نرجوك يا انس أن ترسل لنا  
عنوانك بالكامل

انس ٢٠٠٠ : تحمل التوجيهية  
تريد عملاً كتابياً .

نرجوك يا انس توضيح عنوانك  
ليسهل على أصحاب الأعمال

الاتصال بك .  
انس نور محمد علي - تجيد العربية

وتتكم الانجليزية .  
حارة قوايس رقم ٧ عابدين

مدام كليز نخله ١٨ ش بن بناته  
شبرا تجيد الفرنسية

والانجليزية اشتغلت ٩ سنوات  
في فنادق سميراميس وأسوان

والاقصر تطلب عملاً مائلاً  
فتحية الحسيني - ٦٥ ش رياض

باشا حلوان - تتكلم الانجليزية  
والالمانية مع اجادة العربية نطقاً

وكتابة على الماكينة تطلب العمل  
بمكتب أو مؤسسة أو تليفون

الانس فاطمة عبد الفتاح حاصلة  
على التوجيهية تجيد العربي

والانجليزي والفرنساوي -  
ش ابن عباد الانصاري ٢٢ حارة

الزرقاني - العباسية  
الانس منجا عزيز : تتكلم عربي

تكتب عربي جيداً على الماكينة  
وانجليزي جيداً وفرنساوي ببطء

٢٤ ش البكري حارة أنجا هانم  
شبرا

العائلة وفي بعض الاحيان اسلم  
عليه حينما يكون مع والدته وهو  
موظف محترم من عائلة محافظة  
وتقدم لوالدي يطلب يدي فرفض  
لاني صغيرة وقال له تقدم بعد  
عامين حتى اكبر والان وقد مضى  
العامان وتم عقد القران وعلمت انه

يحبني حب العادة الا انه يناديني  
( بياحبيتي ) وكثيراً ما اسمع منه

كلمات الغرام والهيام وهذا كل يوم  
كانه اسطوانة وأكثر من هذا انه

يقبل يدي بمناسبة وبغير مناسبة  
وكثير ما يقول لي سأجعلك أسعد

زوجة سنحب أكبر عدد من الاطفال  
انا احبه جدا ولكني لا أظهر

حبي له كما يفعل هو . هل أظهر  
له حبي وأقول له كلمات الغرام

مثل ما يقول لي ؟ والذي يضايقني  
هو انه لا يغير علي مع اني أغبر عليه

ولا أظهر غيرتي . فاذا خرجت لا  
يسألني أين كنت أو مع من واذا

خرجت بفستان شفاف لا يمنعي من  
لبسه بل اهداني بفستان شفاف .

والمشكلة الثانية هي : انه لا يأخذ  
رأى في أي شيء بل يستشير أخته

التي تصغره بشماني سنوات مع ان  
سنها مثل سني ومع ذلك يغير

عليها غيرة شديدة ويقولون ان  
الغيرة عنوان الحب فهل هو لا

يحبني وكلامه هذا عن الحب  
والبيت السعيد مجرد كلام واذا كان

يحبني حقاً لماذا لا يغير علي ولماذا لا  
يستشيرني في أموره وهل اذا تم

الزفاف سيفتر حبه لي كما يقولون .  
دبريني بربكاتها مشكلة كبيرة .

س.ج.ع الاسماعيلية  
بنت النيل - المشكلة الكبرى هي

شدة غيرتك حتى من شقيقته وعدم  
سؤالك أين كنت ومع من لا يعني

عدم محبته لك بل ثقة بك . . .  
ويكفيك برهاناً على حبه لك انه

انتظرك سنتين كغيرة والدك . وعدم  
اهتمامك به والاكتفاء بالاصفاء

الى كلماته الغرامية دون أن تظهر  
له شعورك برغم حبك له هو الذي

دفعه الى الالتجاء لاخته واخذ رأيها  
في كل شيء كمادته قبل الخطوبة .

والرجل كالطفل يالف من يحنو  
عليه فاطهري له حبك وحنانك

ولكن بدون اندفاع واهتمى بشئونه  
ايا كانت ولا تصدق ان الزفاف

يغير العاطفة بل على العكس يزيد  
قسوة . . لا تنسى ان تلبسي له

الفستان الشفاف هديته اليك .

فقدت إحدى عيني منذ طفولتي  
والان اذا مررت في الطريق أسمع  
الناس يقولون لي يا حوله حتى  
قاربي وأهل المنزل ومنذ قريب  
شعرت بالتهاب في عيني فتوجهت

الى الدكتور فقال لي ان عينك لازم  
تنشال وأنا الان في حزن وبسكاء

شديد فهل أنخلص من الحياة . .  
أرجو أن ترشدني يادكتورة وأنا

أرسلت هذا الخطاب لتتقديني مما  
أنا فيه .

خ.م.ع  
بالاسكندرية  
بنت النيل - بادري باستشارة

اخصائي آخر في أمراض العيون .



فالعلمية المشار اليها ليست  
بسيطة بحيث تتقديني لراي واحد  
ربما كان مخطئاً وكانت حالتك في  
الواقع لا تستدعي الا علاجاً لازالة

ما بعينيك من التهاب بواسطة  
الستريومايسين او البنسلين او

خلافه لان محمراً ببنت النيل كانت  
حالتها مثل حالتك تماماً ولكنه شفى

بواسطة حقن خاصة لدى جراح  
العيون المشهور الدكتور علي مرتضى

بشارع ٢٦ يوليو رقم ١٨ فاتصل  
بنا أو اتصل بالطبيب

المذكور ولا تتشأمي مهما كانت  
الظروف . ولو قدر الله عليك

بازالة عينك فاذعني لامره ولا  
تياسى من الحياة . واعلمي ان

الحياة مليئة بأمثالك ومنهم ومن  
من خلداً وسيخلد التاريخ اسماءهم

وكانت قسوة القدر عليهم هي  
السبب الاول في نجاحهم وارتقائهم

سلم المجد ، ان هيلين كيلر فاقدة  
حاسة النظر والسمع والكلام ومع

ذلك من منا لا يعرفها ويعجب بها  
انها وصلت الى قمة المجد بالصبر

والايمان والكفاح ، آمنى وكافح  
واياك ان تفكرى في التخلص من

الحياة . . وبنت النيل دائماً في  
خدمتك في كل عتبة تقابلك ايضاً

كانت .  
الحب والغيرة  
هو قريب لي وزميل اخي في  
الشغل يتردد علينا بصفته قريب

على بكالوريوس تجارة ومينت في  
وظيفة لا بأس بها أما عن اخوتي  
فقد فعلت المستحيل لهم فالتحق  
أحدهم بكلية الهندسة والاخر

بالزراعة والثالث في التوجيهية  
وكل نضالي هذا في صمت رهيب .

حتى رأيتهما واحببتهما وكما شقيت  
في حياتي شقيت في حبي بضالة

رأيتي الذي لا يكفي لرعاية اخوتي  
ورعاية حبي بعد الزواج . وهكذا

خطبتها واتفقتنا على الزواج . . .  
أرجوك أن لا تحاول أن تنصحيني

بالانتظار فان تعذيب مثل اذا أحب  
يشبه انفجاراً مروعاً ولا يمكن أن

اتخل عن خطيبتى ولا عن اخوتي وما  
أرجوه هو ان تساعدني بايجاد

عمل اخر لي بعد الظهر .  
عبد العزيز ١٠ى

شارع احمد حبيب شبرا  
بنت النيل - ان كفاحك في

سبيل تهيئة العيش لاختوتك  
وتعليمهم لتحقيق أمل والدك

يستحق كل تقدير وثناء فاستمر  
في هذا الطريق وأكمل الرسالة

التي بدأتها والذي تخطي كل هذه  
العقبات واحتمل كل هذه الصعاب

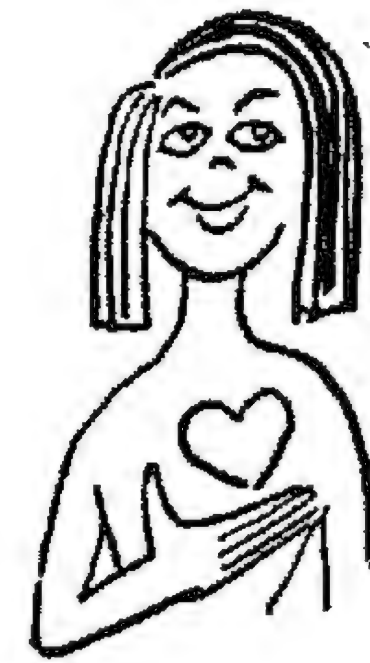
يستطيع ان يواصل كفاحاً اخر في  
السعي للحصول على عمل . . .

ومجلة «بنت النيل» ستحاول ايجاد  
عمل لك حتى يمكنك أن تسعد

اخوتك وتسعد بخطبتك وقد نشرنا  
في باب ( البحث عن العمل )

اسمك لمساعدتك في الحصول عليه  
ولا مانع من أن تتزوج من الان

وتسكن زوجتك معكم ما دامت



تحبك اذ على راي المثل ( لقمة  
هنية تكفي مية ) ان على خطيبتك

واجبا خطيراً . . عليها أن تعينك في  
مواصلة تعلم اخوتك ومنهم الان من

قارب نهاية التعليم وعليها أن تحتمل  
معك المدة الوجيزة الباقية لتخرج

اخوتك وبدا تكون قد ساهمت بقدر  
كبير في اسعادهم واسعادك بهم .

الله معك  
انا من قارئات ( بنت النيل )

وأنا فتاة بائسة في سن السابعة  
عشرة من عمري ووالدتي معوقة





# بسي بنات النيل ..

يوميا كل صباح ولدة ٣ شهور  
بيكريم BIORENE

فتزول الكسرة تماما .

القارئة المستديمة عنايات ٠٤٠٠ ع .  
بني سويف :

الاشياء التي تطلبينها منها  
كالاني :

سبراي نت ثمنه ١٠٠ قرش .

ستروينج ثمنه ٣٥ قرش .

فيتابوانت ثمنه ٢٥ قرش وهي

موجودة في مخازن أدوية دماريشارع

٢٦ يولية وميدان مصطفى كامل .

أما عن كريم بلينشنج اليزابث اردن

فهذا الصنف فعلا غير موجود

بالسوق هذا الشهر ويمكن استعمال

Velvet Cream بدلا منه

اليزابث اردف وهو ثمنه ١٨٠ قرشا

وموجود عند محلات شيكوريل

ومحلات فريال بشارع ٢٦ يوليو

بالقاهرة فيمكنك الاتصال بهذه

المحلات وسوف يرحبون بارسالها

اليه عند طلبها .

انسمة سميرة ٠٠ غزه :

تطلب علاج لسقوط رموش

العين وخفة شعر الحواجب .

استعمل مرهم Terramycine

Eye Ointment وضعي

منه ٣ مرات في اليوم على الرموش

أما لكثافة الحواجب دلكي الحواجب

كل ليلة بقليل من زيت الخروع .

الحائرة ف.س.ج. غزه :

تشكو من ظهور حبوب على

جبينها ووجهها وتشكو من صغر

الثديين -

ضعي على هذه الحبوب كل ليلة

Brestacychine Skin

Ointment

أما لكبر الثديين فاستعملي سائل

Sanua lotion Anna Paula

وتطلبينه من معهد التجميل العلمي

٢٧ شارع عبد الخالق ثروت

بالقاهرة وطريقة استعماله موجودة

داخل العلبة .

## الاجابة الصحيحة

١ - مانिला .

٢ - الكارثة

٣ - بورما

٤ - كولومبو ٥ - الهند

ز . ع - قويسنا :

لم تتمكن من فهم رسالتك لرداءة

خطها فنرجو ارسال خطاب آخر

يكون أكثر وضوحا حتى يمكن

معرفة مرضك بالضبط .

قارئة ريفية بالدقهلية :

تسال عن سبب كتمان الدم في

يديها ورجليها وتشعر ببرودة قى

بطن رجليها وعن علاج لرموش

عينها .

استعملى نقط Fluxine ٢٠ نقطة

في نصف فنجان ماء بعد الاكل ٣

مرات يوميا مع أقراص

Bristacycline Capsules

قرص واحد كل ٦ ساعات ٤ مرات

يوميا ليلا ونهارا .

السيدة لطيفة . ف - حلوان :

تشكو من سقوط شعر رأسها

بعد الولادة والرضاعة .

استعملى حقن Atral B 12

في العضل يوميا حقنة لمدة ١٨ يوما

مع دواء Bioferrin Hoechst

ملعقة كبيرة بعد الاكل ٣ مرات

يوميا .

آمال . م . م .

تطلب دواء لنمو الصدر وزيادة

الطول والوزن وإزالة الشعر من

وجهها .

استعملى حقن

Hormogland Richter

Female

حقنة في العضل كل ٣ أيام مع

حقن Pancebrin سنتيمتر

ونصف في العضل يوميا .



البائسة تحية . م :

تسال عن اخضائي لتجميل

الوجه لعلاج التشوهات الموجودة

في وجهها .

يمكنك الاتصال بالدكتور ليفي

لينز بشارع الانتيكخانة بجوار

جروبي . وكذلك بالدكتور ميشيل

فهمي ٣٦ شارع شريف باشا

بالقاهرة .

القارئة نوال . ع . م :

لعلاج الهرش في سائيك وذراعيك

استعملى مرهم كبريت عمود أما

عن الكسرة التي في شعرك فدلكيها

انسمة زينب عطية - المنصورة :

تطلب علاج لخشونة جلد يديها .

احذري من استعمال صابون به

صودا كساوية . ودلكي يديك في

المساء قبل النوم بكريم

Citronelge

س . سالي - اسكندرية :

أصيبت بحروق في يديها وذقنها

منذ الطفولة وتسال عن جراح

تجميل مشهور .

اتصلى بالدكتور ميشيل فهمي

بشارع شريف بالقاهرة .



يرد على الاسئلة الدكتور

ابراهيم عازر

مدام س . ص - الزيتون :

استعملى أقراص

Dicalets Abbott

قرص قبل الاكل ٣ مرات يوميا مع

حقن Atral B 12 العضلات يوميا

لمدة ١٨ حقنة .

## لانولين بلاس

يرشدك الى

### اسرار الجمال

سواء كان جلدك

دهنيا أم جافا فان

اللانولين بلاس

السائل الذي ينفذ

الى عمق كبير

يستطيع أن ينظم

المواد الدهنية

ويحدث بينها

التوازن المطلوب .

فان شئت أن

تستمتعي بجلد نضر

وبشرة غضة جري

العلاج المقوى التالي :

- اغمسي فوطه في ماء ساخن جدا

وضعيها فوق الوجه والعنق خلال دقيقة

تقريبا حتى تتفتح المسام وتسترخي

العضلات

- سخني زجاجة اللانولين السائل

بالامساك بها برهة تحت ماء ساخن ثم

ضعي السائل على الوجه والعنق فتشعري

بتنميل خفيف وتلاحظين أن السائل قد

امتص بسرعة كبيرة

- عندما تجففين وجهك بعد ذلك ستزال كل الشوائب العالقة على سطحه

ولانعام هذا العلاج المقوى زودي سطح الجلد بعد ذلك ببضع قطرات من

اللانولين السائل .

ان بشرتك ستكون بعد هذا العلاج أجمل وانضر واقي على المقاومة بعد

بضع سنوات .





## شؤون المنزل

## بين المرأة والقائيات

### سوسو بسوهاج :

تسأل عن كيفية تلميع طقم سرفيس صيني تغير لونه الى اسود مع انطفاء بريقه وظهور به بعض الخريشة . لازالة السواد الموجود على السرفيس ادعكيه اولاً بكاربونات الصودا على الناشف ثم ادعكيه بعد ذلك بسائل براسو يرجع الى حالته الاولى .

### مشتركة من الصعيد :

لم استطع قراءة سؤالك الاول لرداءة الخط أرجو ان تكتبييه واضحا . أما عن نوع الزهور التي توضع في الصالون فالأفضل استعمال الورود أو الازهار الطبيعية في تزيين الصالون فهي أفضل من الصناعي . أما التطريز على ملايات السرير فيتوقف ذلك على حسب رغبتك وذوقك فأحيانا تطرز الملايات بالخيوط الملونة لون واحد أو أكثر . وأحيانا تطرز بالخيوط البيضاء . والأفضل طبعاً عند استعمال الالوان في التطريز ان تكون قليلة أو ذات لون واحد فقط .

### ع مصر الجديدة :

تسأل عن كيفية غسل بلوزة كريب دى شين بيضاء مطرزة بغرزة الظل باللون الأبيض . الكريب دى شين الأبيض يصفر عادة من كثرة استعمال الصابون ولا سبيل لاصلاح اللون اذا اصفر . ولا حظي مستقبلًا عند غسل الكريب دى شين ان تفصله في ماء دافئ وصابون مبشور أو مـو

بشرط ان تكون كمية الصابون قليلة ثم اشطفيها في ماء دافئ ثم في ماء بارد واعصريها واستعملي الخفة والضغط الخفيف في مراحل الفصل والشطف . ثم انشريها لمدة قليلة واكويها وهي مندهة بمكواه متوسطة الحرارة . ويمكنك إعادة اللبنة الطبيعية بان تضعي في ماء الشطف البارد قليلا من الاسبرتو الأبيض .

### القارئة نوال ع م :

لديها فستان أورانجى أبيض به نقط قطيفة سوداء تريد غسله . اغسله في البنزين ولا حظي ان تكون هذه العملية بعيدة عن أي نار أو حرارة . ثم اشطفيه في بنزين نظيف واعصريه جيدا ثم لفه في بشكير أو ملاءة حتى يتخلص من كل ما به من بنزين ثم علقه في مكان طلق الهواء حتى تزول الرائحة تماما . أما ألوان فستانين الصيف هذا العام . فهي الالوان الفاتحة والاقمشة المشجرة القابلة للغسيل . السؤال الآخر في بريد التجميل .

### القارئة اليانسة بالاسكندرية :

المحررة ترحوك ان ترسل اليها رسالة أخرى أكثر ايضاحا لنستطيع فهم الاسباب التي دفعتك الى هذا اليأس القاتل . والى ان تصلنا رسالتك ونرد عليها . نرجو المدول عن مشروع هذا الانتحار السخيف . ان مشاكل الدنيا كلها و . . لا تساوى ان تفديها بظفر واحد . فالحياة أغلى ما نملك . وأنت شابة وأمامك مستقبل طويل . عيشي حياتك كاملة وفى كل يوم يمضى . سيزيد حبك للحياة

### الام الحائرة بدمنهور :

تشكو تصرف خالص لابنتها التي في سن المراهقة . وتطلب استشارتنا .

«المحررة» : أملنا رسالتك الى طبيب بنت النيل . وستجدين اجابته عليها في بريد الاطباء بالعدد القادم .

### الاستاذ م ١ محام بالنيا :

يسأل عن الاسم الكامل لمحررة باب القضايا ببنت النيل وهل هي حقوقية ؟

«المحررة» : أما عن اسم محررة باب القضايا . فليس من شأنك . أما عن مؤهلها . فيمكنك ان تطمئن انها زميلة لك . محامية .

### السيدة ف . و . تقول :

أنا سيدة في الخامسة والثلاثين من عمري . ظهرت بوجهي بعض التجاعيد . وقد قرأت في مقالكم « الهرمونات والشيخاب » بعدد نوفمبر سنة ١٩٥٥ عن دواء « الايستروجين » وأثره في ازالة التجاعيد ، وكون شاكرا لو تفضلتم بالاجابة عن أسئلتى هذه :

١ - هل يصح استعمال هذا الدواء قبل سن الاربعين وفى أى الاجازات أجده لاني بحثت عنه في كثير منها فلم أجده .

٢ - أى طبيب استشيرته في الجرعات أمراض نساء أم باطنى أم جلدى ؟

٣ - كيفية الاستعمال وهل دهان « بروكسين » هو الايستروجين لتشابه الاسمين أم ماذا ؟ وبأى شيء تنصحينى

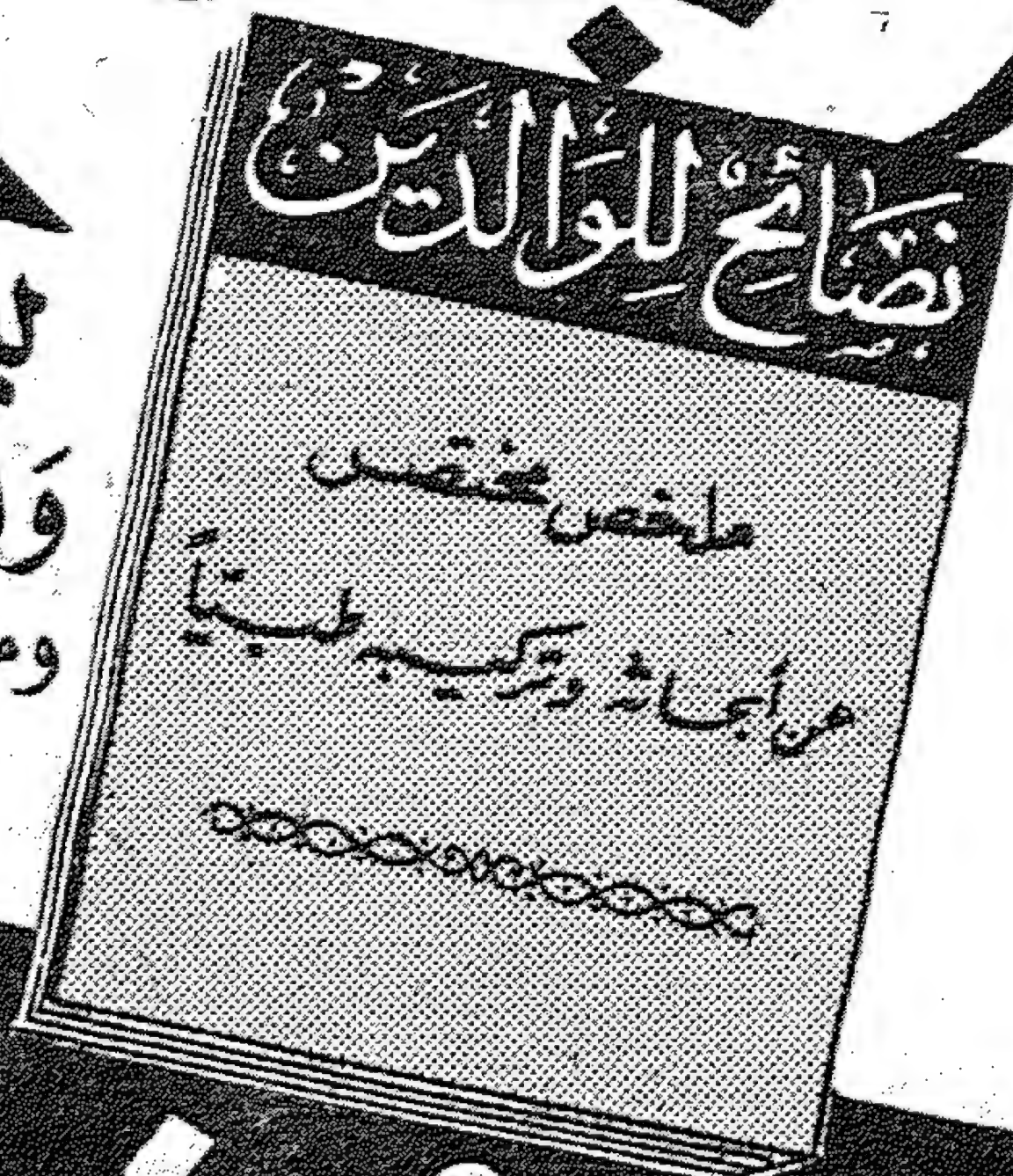
أجيبينى على صفحات مجلتكم أو ردا على المنزل وأكون شاكرا جدا . فيفى واصف

### المحررة :

لا تعطى الهرمونات الا بعد استشارة اخصائى في الغدد .



شركة الهندسة والصناعات  
الوكلاء بالنظر المصري  
المكتب : بناية انور جدى ٤ شارع مظلم ٢١١٤٤  
النجارين والورش ٣٣ شارع منصور . باب اللوزي



للـمتزوجين  
والمـتزوجات  
ومن هم على أهبة الزواج

يرجى صيغ الابتناء من أجل  
أمة الزواج ان يلموا على  
النشرة التفسيرية عن الطب

هــنـر مـيـانـا  
عـنـد طـبـيـبـيـن  
شركة النيل التجارية قسم ك ص.ب ٦٦٣ بالقاهرة





## كيف أصبح زوجاً مثلاً؟

عن مجموعته من  
ترسيب الاسرار  
لعبد القادر إبراهيم

**كانت تزعم لكل فرد أن  
أمر الرجال لا يعنيهها ..  
فاذا كانت صادقة في هذا  
فكيف يمكن أن تتوافر لها  
هذه الدراية بأخلاقهم ...؟**

كان يوماً دافئاً من أيام الربيع  
عندما جلست سوزان أو مالى فى  
أشعة الشمس على الدرجات  
الرخامية أمام باب منزلها تطلو  
أظافر يديها بصباغ ذى لون أحمر  
زاه .. وكانت فى جلستها الهادئة  
مسترخاة .. تنظر الى أصابع  
يديها الجميلة بأعجاب .. كانت  
قد وثبتت الى سن الشباب  
والنضوج واكتملت أنوثتها الحلوة  
.. وكان من حقها أن تعجب  
بجسمها الجميل .. فان صاحب  
الحاجة أول من يجب أن يعجب  
أن يعجب بها ..

ولعل أحلامها سارت بها طويلاً  
.. لأنها فجأة تخلصت مما يدور  
برأسها لتتقرب داني أوشيا قادماً  
فى الطريق نحو المنزل وقد بدت  
فى أعطافه ثقته بنفسه على  
الصورة التى كانت تعرفها منذ  
سنوات قبل رحيله للدراسة فى  
انجلترا ..

وصاح داني عندما بات على قيد  
خطوات منها ..

— هالو سوزى  
وأغمضت سوزان إحدى عينيها  
من أشعة الشمس ومدت يدها وهى  
تهمس :

— اذن فقد عدت الى الوطن  
ثانية ..

وبقيت سوزان صامتة .. ثم  
تابعا سيرهما كما كانا يفعلان  
من قبل حتى وصلا الى النهر  
فاستندا الى الحاجز الحديدى  
وراحا يرقبان المياه ، كانت قد  
بدأت تمطر رذاذا ولكنها بقيتا فى  
مكانهما وقد وقفت سوزان لا الى  
جانبه ملتصقة .. كما كانت تفعل  
من قبل بل بعدت عنه أكثر من  
ياردة واحدة .

ودار داني برأسه نحوها ..  
— أظنك مرتبطة بالزواج برجل  
ما ..

— لا .. الواقع أن أمر الرجال  
لا يعنينى .. لقد لاحظت أن كل  
الفتيات عندما تكمل أنوثتهن فانهن  
يفكرن فجأة فى أن لهن غرضاً  
واحداً فى الحياة .. هذا الغرض  
هو أن يتصيدن زوجاً ..

وضحك داني مقهقهة .. ولم  
تبد الفتاة أنها قد انتبهت الى  
ضحكاته قالت :

— اننى لست وأخذت من هاته  
الفتيات اللاتي اشبههن بكلاب  
الصيد .. اننى أحب التمتع  
باستقلالى الشخصى وحرىتى ..  
هل تفهم هذا جيداً ..

ولكن الذى حدث هو أن سوزان  
عندما هبطت من غرفتها الى الطابق  
الأول للعشاء كانت قد اصلحت من  
شعرها .. وعقصته خلف رأسها  
فى خصل ذهبية اللون .. ثم  
ارتدت ثوباً جميلاً كان يبدى تكوين  
جسمها الجميل وان كان قماشه  
فى الواقع سميكاً بالنسبة للجو  
الدافئ ..

وهمست أمها عند ما رأتها فى  
تلك الصورة :

— أظنك تنتظرين داني هذه  
الليلة ؟

وهزت الفتاة كتفها ..

— اننا سنتجول قليلاً بعد  
العشاء .. هذا كل ما فى الامر

ولكن لم يكن هذا كل ما فى  
الامر .. فقد أطل القمر بنوره من  
السماء فى صورة حائلة من بين  
أغصان الاشجار ، وكانت سوزان  
ترفع عينيها الى وجهه وهى تهمس  
لنفسها أن الرجل قد بات أجمل  
صورة مما كان قبل أن يسافر  
لاستكمال دراسته .. وفجأة وهى  
فى غمرة تفكيرها أحست به يدير  
وجهها نحوه فصاحت :

— اياك ..

ولكن كان تحذيرها قد جاء  
متأخراً فقد احتضنها بين ذراعيه  
بقوة وضمها الى صدره بعنف ثم  
راح يقبلها فى شفيتها .. وقد  
طالت قبلته حتى أفزعته ، على أنه  
عندما أطلقها من بين ذراعيه همست  
فى صوت خفيض «مبدية سخطها»  
وفى اللحظة التالية كانت تصفعه على

وجهه بقوة وللمرة الثانية فى يوم  
واحد ..

ونظر اليها داني أوشيا كما  
ينظر الى امرأة فقدت عقلها .. ثم  
دار على عقبيه وسار بعيداً عنها  
.. ووقفت فى مكانها ترتقبه ..  
وعندما خفت السحب وأطل القمر  
بضوئه من جديد كان الظلام قد  
احتواه ..

وجاء الصيف بعد انتهاء الربيع  
ولكن داني أوشيا لم يرجع لزيارتها  
وذاوات مساء قالت مسروراً  
لابنتها :

— لماذا لا تحاولين الاتصال بداني  
تليفونيا لسؤاله عما اذا كان يمكن  
أن يعيرنا بعض المقاعد لليلة  
الثلاثاء ..

— يمكنك أن تستعيرى مقاعد  
مسز تراسى .. ثم انها تقطن فى  
المنزل المجاور لنا  
وكانت الاجابة عنيفة ، فصمتت  
الام ..

ومرت أسابيع .. وعادت الام  
من جديد تقول :

— سوزان .. لماذا لا تذهبين  
الى المديسة للقاء داني وسؤاله  
عما اذا كان فى حاجة الى تذكيرين  
للحفلة الراقصة واذكرى له اننى  
رئيسة لجنة بيع تذاكر الحفلة ..  
وهذا العمل قد يكون جميلاً منك  
لان الحفل قد أعد لمعاونة ملجأ  
الاطفال ..

وألقت سوزان على أمها نظرة  
عاجلة وهى تخرج الكلمات من بين  
شفيتها فى سكون ..

— أماه .. لقد قلت أكثر من  
مرة أنه لا فكرة لدى عن داني  
أوشيا ولا عن أى رجل آخر ..

— سوزان .. انك قد تستطيعين

أن تسرى عن نفسك بمنزل هذه  
الاحاديث الماضية ولكن لا تقولها  
لى .. ان داني أوشيا أجمل شاب  
فى دبلن .. وكل الفتيات فى  
المدينة يتعقبن خطواته ولهذا  
لا يدهشنى أنه لا يجد لديه أى  
وقت ليفكر فى وجودك ..

وصرخت سوزان غاضبة

— وأنا لا يعنينى اذا ما كان  
داني أوشيا يفكر أو لا يفكر فى  
وجودى ..

وتركت الغرفة مسرعة دون أن  
تكمل إعادة الطعام فى معاونة أمها  
كما تفعل كل يوم

ومر اسبوعان .. وفى صباح  
السبت جلست فى مكانها الهادئ  
على الدرجات الخارجية للمنزل  
تعمل فى نسج صديريه من الصوف  
.. وأحست بالظل يغطيها فى  
جلستها وعندما رفعت عينيها ..  
وجدت داني أوشيا منحنيًا نحوها  
— لمن تعدين هذه الصديريه ؟



الاستقبال عندما انتهت كل الفتيات من تقبيل العروس وقد وقف زوجها ممجبا بها وقد أحاط خصرها بذراعه .. التفت الرجل الى زوجته الجميلة يهمس لها :  
- ان شيئا واحدا يدهشني وأود أن أفهمه يا سوزى .. هو كيف تعلمت هذا الأسلوب الذى استطعت به امتلاك قلبى وارغامى على الزواج منك وانا لم أكن افكر اطلاقا فى الزواج ..  
ورفعت الزوجة الصغيرة عينيها الى زوجها الذى تحبه وهى تهمس - لقد كنت اتلقى الدروس بالمراسلة ..

ولم يعرف داني أوشيا أن رسائله التى بعث بها من اكسفورد تحمل كل أفكاره وآرائه فى الحياة هى التى مكنت سوزان من أن ترسم الطريق لامتلاك قلبه .. وقد نجحت .

عندما وصلت الى مكان التليفون لم تكن مجهدة من سرعة سيرها .. بل راحت تتحدث فى سكون مستجمعة كل حواسها ... وفى اللحظة التالية سمعت الام صوت ابنتها وهى تقول :  
- اننى اسفة يادانى ولكنى مشغولة دائما فى مساء السبت ، ربما أستطيع الخروج معك فى ليلة أخرى .  
وجلست الام على المقعد وهى غاضبة .

- ولكن انت تعرفين انه لا يوجد ما يشغلك انك حمقاء يا صغيرتى ويجب أن تفكرى فى غداك عندما تتقدم بك الايام وتعتبرين عانسا بغير زوج .

ولكن بعد ثلاثة شهور عندما انتقل العالم من الصيف الى الخريف زفت مس سوزان أوماى الى دانيال جليترون أوشيا ، وفى حفل

متماثلا هو الحديث عن الزواج ، ان النساء بغير حتى يوقفن الرجل أثناء سيره معهن فى الطريق لمشاهدة العروضات فى واجهات الحوانيت وعلى الاخص العروضات الخاصة بغرف النوم وثياب الزفاف ، ولكنى قد فهمت كل هذه الحيل .. والفلسفة الوحيدة التى طبقها وانصح باتباعها وهو أنه على الرجل أن يقبل كل فتاة من فمها ثم يهرب منها قبل أن تستفيق من أحلام قبلته » .

وفى اللحظة التالية سمعت سوزان صوت أمها من الطابق الاول تصيح : سوزان .. التليفون انه داني أوشيا يريد أن يتحدث اليك .

وأعادت سوزان الرسائل الى الصندوق الصغير ثم اسرعت الخطى الى الطابق الاول ، ولكن

- لي -  
- أها -  
والقى داني بنفسه فى جوارها - لقد ظننتك ستصننين بي تليفونيا ؟  
- ولم -  
- على الاقل لتقولى لي انك اسفة لمحاولة صفى بيدك -  
- ومن قال لك اننى اسفة -  
- أها ..  
ووقف الرجل ..  
- حسنا لقد جئت لاطلب منك تلك الرسائل التى بعثت بها اليك من اكسفورد فانى أشعر برغبة لمطالعتها من جديد ..  
ورفعت سوزان عينيها الى وجهه - اننى اسفة جدا .. فانى لا احتفظ اطلاقا بما يصلنى من رسائل ..

ولكن فى ذات الليلة بعد العشاء جلست سوزان الى الارض فى حوار فرائشها وقد وضعت الى جوارها صندوقا صغيرا يحوى لفافة كبيرة من الرسائل ، وراحت تقلبها بين أصابعها وتعيد مطالعتها وعلى الاخص تلك السطور التى خطت أسفلها خطوط حمراء ... وكانت حقا تستحق المراجعة ففى واحدة منها يقول :

« لماذا يا سوزى تضايق النساء الرجل حتى يرغمه على الهرب لتفكاك منهن ، هذه فيليبس التى جدتلك عنها قد اصرت على أن تنسج لي صديرية من الصوف نثير أكمام ، وقد جاءت الى غرفى ثلاث مرات للتأكد من ضبط العمل .. فلما انتهت من عمل الصديرية اصرت من جديد على أن تنسج لها كمين طويلين .. ومعنى هذا انها ستضايقنى من جديد » .

وابتسمت سوزان وهى تعيد الرسالة الى غلافها لتخرج برسالة جديدة كان قد رسمت بعض خطوط حمراء أسفل السطور التالية :

« ان ماجى تقول لي انها تدخر خطاباتي لها وتقول انها تقمض عينيها وقد وضعت هذه الرسائل تحت وسادتها .. على أساسى أن هذا يبعث بالاطمئنان الى رأسها وقلبها .. مسكينة ماجى هذه »  
ولم تكن سوزان فى حاجة الى معاودة مطالعة الرسائل فقد كانت تحفظها عن ظهر قلب .. ومع هذا فانها عادت من جديد تعيد كل رسالة الى غلافها لتخرج برسالة جديدة لمطالعتها .. ولبثت كذلك بعض الوقت حتى توففت امام رسالة كانت قد أشارت الى فقرة طويلة جاء فيها :  
« لست أعرف لماذا تضع كل امرأة اقابلها نصب عينيها حديثا

# بنك مصر وشركاته

هذه المبانى أجازى بنك مصر الاستثمار الاقتصادى منذ ٣٦ عاما فى الأرض والحر والسماء واليوم تصالغ مصر كيف خلقت عزائم أبناءها الفتية عماد الأرض والسماء لنقوم حراسا على استقلالها وعزيمتها بعد استعمار دام ٧٤ عاما ...





## كل شيء عن السينما

أشعل حبه لها الفيرة في قلب زوجته الشريرة كاترين دي ميديسي التي راحت تترقب الفرص لتنتقم من ديانا ..

وتقوم لانا تيرنر في هذا الفيلم بشخصية ديانا .. أما ماريسا بافان الاخت التوام لبيير انجيلي فانها تقوم بدور كاترين الشريرة كما يقوم النجم المكسيكي الكبير بدرو أرمندارس بدور الملك فرنسيس الاول ملك فرنسا ..

وروجر مور هو ابن عسكري بوليس متقاعد وقد بدأ عمله الفني في مسارح لندن ..

ان روجر من كواكب المستقبل ، وقد سجل لنفسه في فيلم ديانا انتصارا كبيرا فترقبوا هذا البطل الجديد ..

### موعد ..

كوكب الرقص والاستعراض الفاتنة سد شاريس التي شاهدها وأعجبنا ببراعتها ومقدرتها في كثير من الافلام والتي تقدمها اليوم متروجلدون ماير في أجمل أفلام الموسم « موعد في لاس فيجاس » وهو فيلم بالالوان والسينماسكوب يتقاسم بطولته مع سد شاريس دان ديل فضلا عن مجموعة منتقاة من وجوه الشاشة المحبوبين وهو من اخراج هوي رولاند ومن انتاج جوباسترناك ..

ان فيلم «موعد في لاس فيجاس» سيريك ألوانا زاهية من الحياة في لاس فيجاس .. وستستمتع بكل ما فيه من مباح ومسلية ..

هل سمعت قط عن ممثل تتورد أدناه في كل مرة يقبل فيها البطلة ؟

هذا ما كان يحدث لنجم متروجلدون ماير الجديد روجر مور أوافد من انجلترا ، أثناء العمل في فيلم « ديانا » الذي أنتجته ج.م.م بالالوان والسينماسكوب فقد كان روجر في كل مرة يعانق فيها الفاتنة لانا تيرنر كوكب هذا الفيلم تشع أدناه ضوءا أشبه بعلامات النيون .. وقد سبب ذلك متاعب كثيرة للمختصين في تفاوت الالوان ..

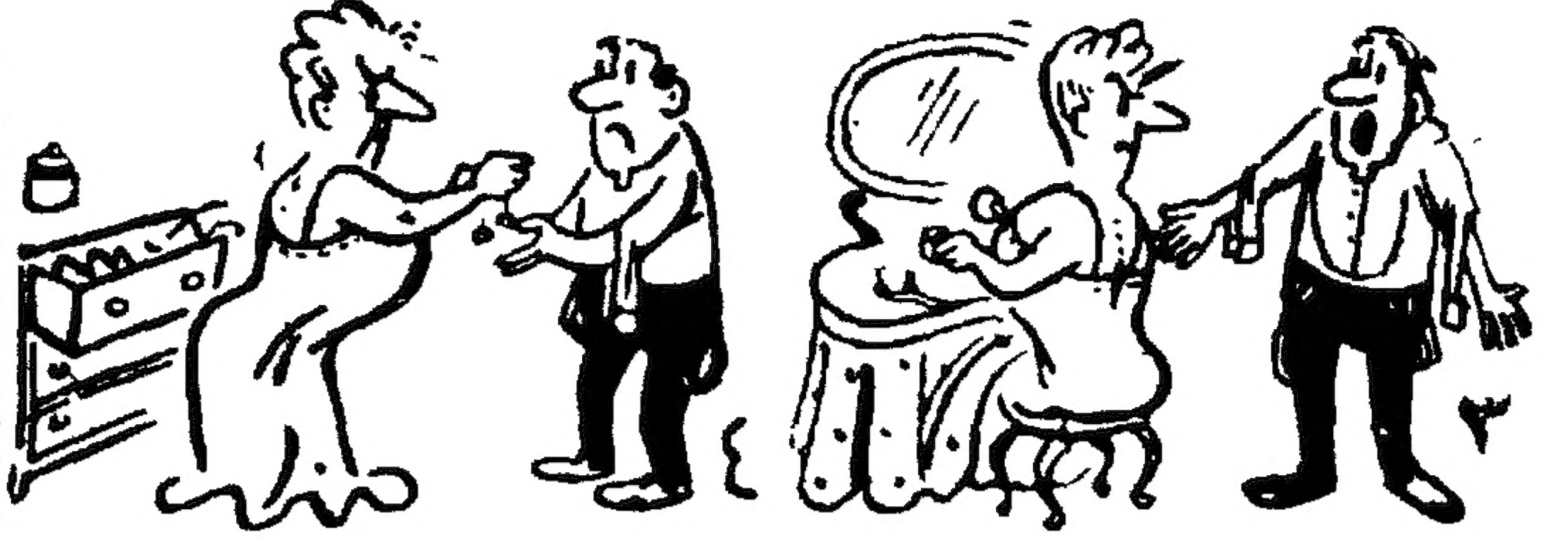
ويعلق روجر على ذلك بقوله انه لا يستطيع أن يمنع حدوث ذلك - أي توردد أدنيه - ولعل السبب في ذلك يرجع الى عهد الدراسة في انجلترا فقد كان زملاؤه في الفصل يعيرونه بطول قامته وامتلاء جسمه وقبح صورته ، فلما كان المدرس يطلب منه أن يقرأ شيئا في الفصل كان يشعر بالخجل فتتورد أدناه ..

ولكن روجر الذي يبلغ طوله الان ستة أقدام وبضع بوصات لا يستطيع أن تسلكه في حزب أشجار الجميز أو تنعته بالقبح فان شكله يحمل السيدات من جميع الاعمار على التهنيد .. انه شاب ممتاز جميل الصورة .. وفيلم « ديانا » هو ثالث فيلم يظهر فيه روجر وهو يمثل فيه شخصية الامير هنري الذي هام بحب الفاتنة ديانا دي بواتيه التي كانت تعد أجمل امرأة في أوروبا في القرن السادس عشر والتي

## الحق على مين؟



١ - اديني القميص .. ٢ - اتفضل ..



٣ - فين الزراير .. ٤ - أهم ...



٥ - والشراب ؟ ٦ - أهو !



٧ - أعقد لي الكرافاتة ٨ - حاضر !



٩ يا سلام !! ١٠ - انت دائما تتأخرى



# جاکو

انک لا تستطیعین مقاومتہ سحر المجوهرات البراقۃ صناعة ہابلونکس  
وانت تعلمین میرا انے لہذا المجوهرات تزیینہ جلال واثاقہ  
فہی اے مکانے . ویکنت ان تجری منہ الاضاف الآتیۃ :

لؤلؤ  
مجوهرات  
زہاجیہ  
ومعدنیہ  
أحجار کرمیہ  
زہاجر  
زہاجیہ  
تحفہ  
شجرۃ عید  
الیلاد



## JABLONEX

ہاکو - ہابلونکس . ن . ن . تشیکوسلوفاکیا  
ولزیادۃ الارضاع اوصولوا

بالقسم التجاری - سفارۃ جمہوریۃ تشیکوسلوفاکیا

Jaco





# جونغ

## اللحم البقري المطبوخ

يصلح لجميع  
أنواع الطعام



ألذ طعام  
أحسن لحمه  
بأقل ثمن

يصبج جاهزا للاكل بعد دقيقة واحدة من وضعه على النار

طريقة الاستعمال : انظري صفحة ٧٢

